HOY ESCRIBEN ANÍBAL QUIROGA, YESENIA ÁLVAREZ, GABRIEL ORTIZ DE ZEVALLOS, SANDRA BELAUNDE, MARCO ANTONIO MERINO, GIOVANNI BISSO, SONIA CHIRINOS, ROBERTO LERNER, ERNESTO BANCALARI Y YURI RODRÍGUEZ

Perú 21

DIRECTORA: CECILIA VALENZUELA
AÑO XXII Nº 8261 SÁBADO 29 DE MARZO DEL 2025
S/2.00



LA ACTRIZ DEL MOMENTO EN LA CENTRAL // PÁGS. 10-11

Ximena Palomino ha llegado lejos por amor

"La ley de topes a las tasas de interés beneficia al 'gota a gota'"

PRESIDENTE DE LAS CAJAS MUNICIPALES // PÁG. 9

Nuevo atentado terrorista en Pataz deja un muerto

YA VAN 17 TORRES DINAMITADAS // PÁG. 15



EL TC ANULA LA SENTENCIA QUE LE IMPEDÍA POSTULAR A LA PRESIDENCIA Y CERRÓN ESTÁ LISTO PARA SER CANDIDATO EN 2026

PERO SIGO SIENDO PRÓFUGO

La justicia lo busca por lavado de activos. El dueño de Perú Libre tiene una orden de prisión preventiva por 24 meses.

// PÁG. 2

ACTUALIDAD



"La sentencia del TC no es que declare la inocencia o culpabilidad (de Cerrón), sino que tiene que haber un nuevo pronunciamiento".
Luz Pacheco
Presidenta del Tribunal Constitucional

EN LA CLANDESTINIDAD. Tribunal Constitucional anuló sentencia en su contra por el caso La Oroya y ordenó al Poder Judicial emitir nuevo pronunciamiento. Mientras, el dueño de Perú Libre cumple 540 días fuera del alcance de la justicia y con una orden de prisión preventiva de 24 meses.

El prófugo Cerrón ya puede postular en 2026, pero si aparece lo capturan

Hasta inicios de esta semana, sobre el dueño de Perú Libre, Vladimir Cerrón, pesaba una condena de tres años y seis meses de prisión por la adjudicación irregular de las obras de construcción del Aeródromo Wanka, y por la cual pasó a la clandestinidad hace 540 días. También una sentencia de cuatro años y ocho meses de pena privativa de la libertad suspendida por irregularidades en la licitación de la obra de mejoramiento y ampliación del sistema de agua potable y alcantarillado de La Oroya durante su gestión como gobernador regional de Junín.

Hoy, el otrora socio político de la presidenta Dina Boluarte está libre de polvo y paja, por lo menos en esos dos casos —todavía tiene una orden de prisión preventiva de 24 meses en su contra por el caso de aportes irregulares a su agrupación—. El miércoles 26, la Corte Suprema lo absolvió de la primera condena, y ayer el Tribunal Constitucional (TC) declaró, por mayoría, fundado el habeas corpus presentado por su defensa legal, anuló la sentencia contra él por el caso La Oroya por los delitos de negociación incompatible y le ordenó al Poder Judicial emitir un nuevo pronunciamiento. Los cuatro votos a su favor fueron de Helder Domínguez Haro, Francisco Morales Saravia, Luis Gutiérrez Ticse y Pedro Hernández Chávez.

Hoy, Vladimir Roy Cerrón Rojas —pese a su cuestionado y frondoso historial de antecedentes judiciales— está habilitado para postular en las elecciones generales de 2026, y expedito para sumarse a la lista de eventuales aspirantes impresentables que aspiran a llegar a la Presidencia de la República, Congreso y Parlamento Andino.

"No es que el TC lo está habilitando, sino que, como no tiene antecedentes, podría ser candidato (...) porque ya no tendría ningún impedimento legal", dijo a **Perú21** su abogado Luis Mayhua, quien añadió que al líder del partido del lapicito tampoco podría aplicársele el decreto legislativo que impone una inhabilitación para ejercer la función pública de 5 a 20 años a las personas sentenciadas por delitos contra la administración pública. "Esa ley de muerte civil apareció en 2017 y este es un caso de 2011, no tendría por qué aplicar", agregó.



GEC

■ **ANTECEDENTES.** Cerrón está incurso en casi una treintena de procesos por delitos que van desde corrupción hasta lavado de activos.

? SABÍA QUE

- **En 2021, José Luna Gálvez fue elegido congresista mientras cumplía detención domiciliaria por presunto delito de organización criminal. El Poder Judicial cambió la medida por comparecencia con restricciones por lo que pudo jurar al cargo.**
- **En 2014, Gregorio Santos —quien cumple hoy una condena de 19 años por lavado de activos y colusión— fue reelecto presidente regional de Cajamarca, pero no pudo recoger sus credenciales por estar recluido en Piedras Gordas.**

"CERRÓN PUEDE POSTULAR"

José Naupari, experto en Derecho Electoral, declaró a este diario que "si Cerrón no tiene ninguna sentencia condenatoria vigente, no figura en el Registro de Deudores de Reparaciones Civiles —porque una cosa es que lo absuelvan de la responsabilidad penal y otra de la obligación de pagar una reparación civil— y figura como afiliado a una organización política desde el 12 de julio del año pasado, sí podría candidatear". "Tener un mandato de prisión preventiva o estar procesado no te inhabilita de postular, no supone un impedimento de candidatura", indicó.

¿Podría, entonces, Cerrón postular desde la clandestinidad? El especialista indicó que sí aun cuando tenga una orden de prisión preventiva vigente en su contra.

"(El pedido de prisión) es parte de un proceso, no es una sentencia. Él no va a tener que ir a inscribirse, lo hace el personero de la organización, y sí pues, tranquilamente podría hacer campaña (desde la clandestinidad), ahora con las nuevas tecnologías es más fácil, para eso tienes redes sociales, inteligencia artificial, toda esta tecnología que te permite hacer campaña remota por decirlo de alguna manera", refirió.

¿Y en el supuesto de que resultara electo? Naupari es claro al respecto. "Si la orden de prisión preventiva sigue vigente se suspendería la entrega de sus credenciales y no podría asumir hasta que se resuelva su situación jurídica", explicó.

CUENTAS PENDIENTES

El punto de vista penal lo dio el abogado Fernando Silva. En entrevista con **Perú21**, sostuvo que "al no tener ninguna sentencia condenatoria firme, Cerrón goza de todos los derechos y la presunción de inocencia que tenemos todos los ciudadanos, y no se le aplica la norma que establece la muerte civil para los delitos contra la administración pública".

El jurista agregó que habiendo una disposición expresa del TC para que el PJ emita un nuevo pronunciamiento, pero dado que los delitos que se le imputaron al exgobernador por el caso La Oroya ya prescribieron, "el juez está en la posibilidad de disponer el archivo del caso por prescripción", lo cual no requiere mayor trámite.

No obstante, subrayó que si bien Cerrón podría hacer campaña desde la clandestinidad, al pesar una orden de prisión preventiva en su contra sería detenido si la hace de manera presencial. "Ese es un impedimento de facto, por decirlo de alguna manera, a realizar la campaña; postularlo puede hacer en estricto, pero con todo lo que eso implica va a ser muy difícil que este señor mantenga una candidatura", comentó.

Ahora, el perulibrista puede estar legalmente habilitado, pero ¿y el tema ético? "Él puede postular, pero las personas que votamos somos los demás ciudadanos. Habría que ser muy inocente para votar por un señor como Vladimir Cerrón, ¿no?", respondió Silva.

UNIENDO ESFUERZOS PARA EL DESARROLLO DE LA LIBERTAD

Poderosa organizó el **I Foro OXI OBRAS POR IMPUESTOS: MOTOR Y OPORTUNIDAD DE DESARROLLO PARA LA LIBERTAD**, dando a conocer su experiencia durante los últimos 10 años ejecutando y promoviendo el mecanismo de Obras por Impuestos y cómo ha impactado en el desarrollo de la región.

El evento realizado el 26 de marzo, **reunió autoridades locales, regionales y nacionales**, así como al sector privado y entidades públicas para **analizar el impacto de las Obras por Impuestos y explorar estrategias para su continuidad en beneficio del desarrollo regional.**

El intercambio de ideas y experiencias fortalece el uso de este mecanismo como una herramienta clave para **el progreso de La Libertad.**

¡Reafirmamos el compromiso con la inversión sostenible y el crecimiento para seguir transformando la región!



@MineraPoderosa
Minera Poderosa
Compañía Minera Poderosa S.A.
www.poderosa.com.pe

EDITORIAL

Pistas sin despegue

¿Cuántos casos más de aeropuertos regionales controlados por Corpac tendrán que declararse en riesgo de colapso para que estos señores tomen una decisión y pongan manos a la obra?

La aerolínea Sky acaba de anunciar la suspensión indefinida de sus vuelos desde y hacia el Aeropuerto de Jauja, dejando a la región Junín sin transporte aéreo de pasajeros. ¿El motivo? El deterioro de la pista de aterrizaje y la falta de mantenimiento, es decir, condiciones tremendamente inseguras para operar.

Hace poco, el empresario Juan Stoessel narraba también en su columna de **Perú21** la calamitosa situación en que se encuentra el aeropuerto Velasco Astete del Cusco. "La sala de espera no tiene asientos suficientes, los baños son un desastre, hay mangas que no funcionan, hubo problemas con las máquinas de rayos X, con el estacionamiento... Una infraestructura en decadencia con servicios seriamente degradados". Y eso, considerando —continúa Stoessel— que "el total de turistas extranjeros que recibimos en un año, 85% pasan por ese terminal. Y no pensemos solo en el receptivo; Cusco es supersolicitado por turistas nacionales".

Y ni qué decir del nuevo Jorge Chávez, cuya fecha de inauguración continúa en la nebulosa, gracias, otra vez, a la incompetencia del Estado para cumplir con servicios y condiciones mínimas para operar. Ello, con el consiguiente perjuicio para los concesionarios privados que, estando ya casi 100% listos para abrir, se ven obligados a acatar, quién sabe hasta cuándo, las sucesivas postergaciones dispuestas por las autoridades.

Episodios como estos vuelven a disparar los cuestionamientos sobre la pertinencia de que aeropuertos regionales estratégicos sigan siendo operados por Corpac. Una empresa estatal que, agobiada por sindicatos que no se han caracterizado nunca por su eficiencia, parecen ir de tumbo en tumbo. Y en un rubro en el que la vida de los usuarios puede quedar en juego al más mínimo error.

Es hora ya de que el Gobierno encare el tema y haga un planteamiento que, más allá de mejorar el servicio, fortalezca también uno de los activos más valiosos de nuestra economía: el turismo. Como en el caso de Petroperú, tratándose de otro sector claro está, el Estado peruano ha demostrado largamente su incapacidad para administrar los terminales aéreos del país. Los 18 aeropuertos concesionados en distintos puntos del territorio nacional, que funcionan fluidamente —sin los sobresaltos y precariedades de aquellos que Corpac mantiene a su cargo— señalan el camino con claridad meridiana.

CORTITAS

CÉSAR VÁSQUEZ

Iluminado

El ministro de Salud, **César Vásquez**, ha resultado ser digno discípulo del líder de **Alianza para el Progreso, César Acuña**. Consultado sobre la inseguridad ciudadana, el representante de la cuota apepista en el gabinete sostuvo que "si el delincuente ve todos los días en televisión que estamos capturando y desarticulando bandas y los fiscales están liberándolos, los fiscales van a pensar dos veces antes de liberarlos y los delincuentes, al ver que esas bandas están cayendo, ya no van a querer delinquir, se van a ir a otro lado". Chispas, parece que le salió competencia a Acuñita. ¡Plop!



GUSTAVO ADRIANZÉN

Mentiras con patas cortas

Y el ayayero, perdón, el primer ministro de **Dina Boluarte**, **Gustavo Adrianzén**, desempolvó la franelita. Desde **Huancavelica** negó que los decretos promulgados mientras su jefecita se reponía de sus cirugías estéticas no hayan sido firmados por la mandataria. "(...) Ella misma ha afirmado que todas las normas firmadas durante ese periodo le corresponden a su puño gráfico. (...) No entiendo cuál es la razón por la que se puede estar inventando una fábula como esta", dijo. Ahhhh, ¿no entiende? Bueeeno, si desde el principio hubieran dicho la verdad, se hubieran ahorrado toda esta batahola, ¿o no?

MARIO CABANI

En salmuera

A propósito de los retoquitos presidenciales, el **Colegio Médico del Perú** informó que ha iniciado una investigación ética disciplinaria al cirujano **Mario Cabani**, quien le habría realizado una de las intervenciones quirúrgicas a la mandataria a cambio de puestos en entidades del Estado. Ahora pues.

VLADIMIR CERRÓN

Ochentero

Bastante cursi la "celebración" del prófugo **Vladimir Cerrón** en redes sociales tras conocerse el fallo del **Tribunal Constitucional** a su favor. El dueño de **Perú Libre** no tuvo mejor idea que poner una foto suya con la siguiente frase: "Vuelve a casa", y como fondo la canción Mayor Tom (Coming home) de **Peter Schilling** de la década de los 80. Ahora la quiere pegar de nostálgico.



DESDE EL VÓRTICE

ANÍBAL QUIROGA, Jurista

LAS TRES MENTIRAS UNIVERSALES

En la política general, en la nacional en particular, existen tres grandes mentiras universales que sus protagonistas repiten permanentemente. La primera: *"El pueblo me lo pide"*. Es el decir de todos los políticos, de todos aquellos que tienen ambición del poder, aquel bichito de querer participar en la política activa. El problema es que, como dice la canción de Serrat, muchas veces hablan en nombre de quien no tienen el gusto de conocer.

En principio constituye una ambición legítima querer ejercer el poder que la Constitución permite para ordenar y dirigir el bien común de los ciudadanos dentro de una sociedad. Pero en verdad, recurren a este eslogan para justificar apetitos personales y egos, ya que quien carezca de ese fuego que queme su fuero interno, no se dedicaría a la política al no tener la real ambición de ser el próximo gobernante o funcionario —electo o designado— con real poder frente a sus conciudadanos (incluyendo *"liebres"* y circulinas). En verdad, ocurre exactamente al revés: el pueblo jamás se lo pide, son ellos los que pedirán su favorecimiento o voto.

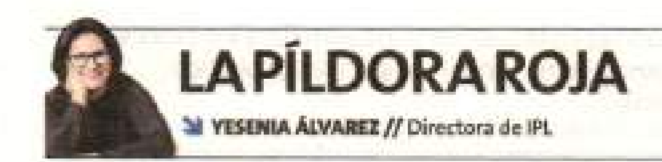
Para ello recurrirán a metáforas, promesas, encendidos discursos, periplos *"al Perú profundo"* y hasta a malabares retóricos y conductuales que el común de los mortales jamás haría en público, como la famosa escena del *"pan con chicharrón"* de un frustrado candidato, o la manopla en la entrepierna de otro, luego elegido presidente. Pueden llegar hasta la chabacanería, sin un mohín, con tal de lograr la aceptación popular.

La segunda: *"Me sacrifico por la patria"*. Otra expresión favorita de los que ambicionan con fruición el poder, con la que justifican sus apetitos e intereses, trasladando su voracidad al hecho pretendidamente altruista de *"sacrificarse"* por los demás, por la sociedad, por la patria; para lo cual están dispuestos a *"dejar"* su familia, patrimonio, desarrollo personal o profesional, con tal de *"servir a los demás"*.

Casi siempre es una frase vaciada de contenido, de ordinario expresada con absoluta insinceridad. En verdad, como enseñaba Pedro de Vega, lo único que la sociedad le pide al ciudadano es que sea buena persona, buen padre o madre de familia, buen profesional. La verdadera sociedad democrática, decía, es aquella en donde las personas, siendo diferentes, son capaces de encontrar una comunidad juntos, una convergencia de intereses mínimos, de convivencia en paz, en desarrollo, con respeto a sus derechos esenciales, a los distintos pareceres de criterios, ideologías, querencias e, inclusive, religiones. Aquella donde las personas, siendo diferentes, logran mínimos comunes de convivencia pacífica para su desarrollo común. Eso no ocurre en sociedades emergentes donde la democracia aún está en fase de construcción primaria.

La tercera: excede estas líneas y no se podría explicar en esta breve columna: inbox por favor.

Perú21 DIRECTORA GENERAL: CECILIA VALENZUELA
DIRECTOR DE PRODUCTOS DIGITALES: ÓSCAR MALCA
Editor central de Política: Dan Flores. **Editor de Contenidos e Investigación:** Óscar Quispe. **Edición multiplataforma:** Esther Vargas, Iris Mariscal. **Editor de Mundo y Cultura:** Mijail Palacios. **Editor de Economía&Empresas:** Nicolás Castillo. **Subeditores de Política e Investigación:** Patricia Quispe y Álvaro Reyes. **Crónicas:** Valerie Vásquez de Velasco y Carlos Cabanillas. **Redactores:** Luis Villanueva, Juan Carlos Chamorro, Fabiana Sánchez, Natalia Lizama, Jorma Cállagi, Mayra Calderón, Pierre Jeanneau y Cris Vílchez. **Editores Audiovisuales:** Javier Zapata.
Contenido Elaborado por **Media Chirimoya S.A.C.** Avenida Reducto 1363, piso 5, Miraflores. **Publicidad:** 926936169 Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.



LA PÍLDORA ROJA

YESENIA ÁLVAREZ // Directora de IPL

MARZO Y LAS BRECHAS DE GÉNERO

"Repetir constantemente que todo es culpa de "la ideología de género" es parte de su estrategia para simplificar el debate y generar rechazo en la ciudadanía".

Vamos cerrando marzo, el mes de la Mujer, y en medio de tanta narrativa negativa de una derecha conservadora impulsada en gran medida por el congresista de Renovación Popular, Alejandro Muñante, es fundamental recordar la importancia de analizar los temas de género de una manera informada. La ofensiva conservadora contra el enfoque de género llega a minimizar esta mirada e incluso a negar que existen problemas y brechas que resolver para lograr la igualdad entre hombres y mujeres.

Repetir constantemente que todo es culpa de "la ideología de género" es parte de su estrategia para simplificar el debate y generar rechazo en la ciudadanía. Si además lo combinan con el reciente ataque a las ONG, es claro que buscan desacreditar el trabajo de organizaciones de la sociedad civil que trabajan por superar, por ejemplo, las brechas de género.

Urge, por tanto, fomentar un debate más informado sobre las desigualdades de género, y para ello recomiendo la lectura de tres documentos clave que presentan datos y análisis sobre estas brechas en el país. El primero es "Igualdad de género en el Perú: hacia una mejor distribución del trabajo remunerado y no remunerado" (OECD, 2022), el cual explica que si bien se ha progresado en varias dimensiones, sin embargo, siguen existiendo muchos desafíos como la sobrecarga de trabajo no remunerado, brechas salariales y precariedad laboral. El estudio señala esta impactante brecha de género: "En promedio, las mujeres peruanas dedican 24 horas más por semana que los hombres a tareas no remuneradas, y los hombres dedican 21 horas más por semana a actividades laborales remuneradas que las mujeres". Su alerta principal es que la desigualdad del trabajo doméstico impacta en el desarrollo económico de las mujeres.

El segundo es el Informe "Perú: brechas de género, avances hacia la igualdad de mujeres y hombres" del INEI (2024), el cual aporta información e indicadores sobre la situación de las mujeres respecto de los hombres en diferentes ámbitos como la educación, salud, empleo, participación política, violencia doméstica, entre otros.

Y el tercero es el Índice Regional de Brechas de Género del Instituto Peruano de Economía (2025), que es un análisis integral que visibiliza las diferencias de género en las 25 regiones y brinda información de 25 indicadores agrupados en seis pilares. Según este, la brecha de género promedio del Perú es de 32.5 puntos; y las regiones con menor desigualdad son Moquegua, Ica y Lima y aquellas con mayor brecha de género son Cajamarca, Huancavelica y Amazonas. En su presentación visibilizaron las cifras claves del contexto que enfrentan las mujeres en el Perú: 24% es la brecha salarial entre hombres y mujeres; solo el 5.4% de alcaldes electos de este periodo son mujeres; 27.9% de mujeres sufrió violencia física y/o sexual por su pareja; y un 8.2% de adolescentes están embarazadas o ya son madres. Las mayores desigualdades están en los pilares de autonomía individual, poder y toma de decisiones y mercado laboral. En este último las brechas de género están influenciadas por la carga de las tareas domésticas y la maternidad, y resaltaron que en 2023, la tasa de participación laboral de mujeres fue de 63.3% respecto del 80.2% de los hombres.

Se saluda este índice porque proviene de la sociedad civil en un contexto en el cual sectores políticos buscan más bien restringir el trabajo de organizaciones que dan estas miradas de género. Es importante valorar que también viene de un instituto que analiza temas económicos y que pone sobre la mesa su comprensión de que para lograr el desarrollo económico es fundamental lograr la igualdad de condiciones entre mujeres y hombres en las regiones.

Estos estudios son fundamentales para tomar conciencia sobre las desigualdades de género y propiciar una discusión pública más informada, que a la vez permite contrarrestar la narrativa política que pretende negar que estos problemas o brechas existen. Que no acabe marzo sin revisarlos.



LÁPIZ Y BABEL

GABRIEL ORTIZ DE ZEVALLOS // Economista

INTENTANDO VER MÁS ALLÁ DE NUESTRAS NARICES

"El Congreso quiere reformar el Ministerio Público y Poder Judicial, pero este Congreso, con tanto congresista investigado, no garantiza nada bueno".

Luchar contra la delincuencia requiere indefectiblemente que la Policía, la Fiscalía, el Poder Judicial y el INPE, que depende del Ministerio de Justicia, estén dispuestos a coordinar. La voluntad de coordinar no es condición suficiente, pero sí indispensable.

Aumentar las penas no sirve de nada porque el problema es la impunidad, es decir la bajísima probabilidad de que el delincuente sea capturado, juzgado, condenado y cumpla la pena completa. Las penas no son bajas, pero solo se aplican en muy pocos casos, lo que transmite a los delincuentes que tienen probabilidad de salirse con la suya. Es la eficacia conjunta de todas estas instituciones la que se necesita mejorar.

Frente al crimen organizado, los fiscales y jueces requieren protección porque no hay que ser adivino para anticipar que van a recibir amenazas e intentos de soborno. Se ha conocido varios casos que han sido materia de escándalo, y por regla de tres simple, es probable que eso sea solo la punta del iceberg.

Las economías ilegales y la delincuencia vienen en combo. La minería ilegal, el narcotráfico, la trata de personas, etcétera, vienen con sicarios que, como negocio complementario, extorsionan o sirven a extorsionadores.

Si los líderes de estas entidades públicas no transmiten hacia sus instituciones un mandato claro y terco de coordinar en la lucha contra el crimen, no pasa nada. Y eso no es tener un cuarto de guerra ni reuniones diarias para la foto; es acordar lineamientos claros y hacer la chamba agotadora de hacer que el Estado se mueva. La cultura organizacional del Estado peruano en general es sumamente vertical. Si el de arriba no lidera el esfuerzo conjunto, no ocurre. Conseguir que dos ministerios coordinen ya es difícil, y ambos son parte del Poder Ejecutivo, con un primer ministro que tiene el mandato de supervisar que coordinen. Que lo hagan entidades que responden a distintos poderes es un reto categoría examen de Hogwarts.

El nuevo ministro del Interior se ha apresurado, como su antecesor, a augurar resultados en pocos meses. Con algo más de prudencia, no ha ofrecido su renuncia si ello no ocurre. Es bien difícil que eso se pueda materializar.

La presidenta Boluarte teme a las investigaciones que la Fiscalía ha abierto, y que vienen acumulando pruebas relevantes, que en algún momento y dependiendo del contexto político podrían gatillar una vacancia. La fiscal de la Nación, con inexplicable torpeza, ha iniciado investigaciones contra Fuerza Popular y País para Todos sin justificación, y ya estaba en la mira del Congreso y el Ejecutivo por las investigaciones que viene realizando. El Ministerio Público y el Poder Judicial tienen limitaciones de presupuesto, así como la PNP, además de falta grave de equipamiento. Y la eficacia es la que conocemos: en 10 meses el exministro Santiváñez ni siquiera pudo comprar chalecos antibalas.

¿Ese nudo gordiano de tensiones permite la coordinación que requiere atacar el problema? El Tribunal Constitucional tiene pendiente determinar hasta qué punto se puede investigar a un presidente durante su mandato. Es posible que eso frene algunas investigaciones, pero lo único que hace es posponerlo a agosto de 2026, no necesariamente va a cambiar las prioridades de la presidenta y su entorno. El Congreso quiere reformar el Ministerio Público y Poder Judicial, pero este Congreso, con tanto congresista investigado, no garantiza nada bueno. Existe también una investigación sobre un presunto soborno a un miembro del Tribunal Constitucional.

Hasta ahora predominan las propuestas efectistas que no solucionan nada. Cómo serán de poco serias que el Congreso privilegió la Semana de Representación sobre el Pleno sobre seguridad ciudadana, como hizo notar Martín Hidalgo hace algunos días.

Lo más probable es que la inseguridad continúe creciendo, y la población acumule miedo y hartazgo durante la campaña electoral. Aproximadamente 40 partidos se disputarán la visibilidad como opositores a un gobierno y Congreso deslegitimados. Y el Gobierno, hasta ahora, es adicto al error en gestos, medidas y declaraciones. Está por verse si es que adelantar la convocatoria a elecciones le va a servir de algo a la presidenta.

POLÍTICA



"Respeto a las instituciones y me someto a los procesos, pero espero que no tengan ningún sesgo político".
Carlos Álvarez
Humorista y militante de País para Todos

CUATRO DEMANDAS CONTRA ELLA AÚN NO HAN SIDO EVALUADAS EN LA SUBCOMISIÓN DE ACUSACIONES

Denuncia a Espinoza por desacato se verá primero

SAC daría cuenta la próxima semana de demanda por desacato a la ley para que la Policía pueda investigar.

Las denuncias constitucionales contra la fiscal de la Nación, Delia Espinoza, serán tramitadas por prelación, es decir, según el orden de ingreso. De las cuatro registradas en la Subcomisión de Acusaciones Constitucionales (SAC), la primera en ser vista será la interpuesta en octubre contra ella y tres fiscales supremos por desacato a la ley que otorga facultades investigadoras a la Policía.

Es la denuncia más antigua contra Espinoza en la SAC y aún no ha sido tramitada. Fue presentada por los congresistas Fernando Rospigliosi, José Cueto y Alfredo Azurín contra Espinoza —antes de asumir la Fiscalía de la Nación— y los fiscales supremos Juan Carlos Villena, Pablo Sánchez y Zoraida Ávalos, solicitando además su inhabilitación por 10 años.

La presidenta de la SAC, María Acuña, confirmó a **Perú21** que esta denuncia se priorizará y será comunicada en abril a sus integrantes. Según fuentes del diario, la SAC sesionará el martes 1 y viernes 4 de abril, fechas en las que podría informarse su ingreso.

COMPOSICIÓN



EN LA MIRA. Fiscal de la Nación tiene cuatro denuncias en la SAC.

LAS OTRAS TRES

Después, se votará su admisión. Si se aprueba, se asignará un delegado para elaborar el informe final y someterlo a votación. Si recibe luz verde, pasará a la Comisión Permanente y, de ser ratificada, llegará al Pleno, donde se definirá su aprobación con 51 votos o su inhabilitación con 67.

Las otras tres denuncias contra Espinoza son del exministro Juan José Santiváñez (filtración de información), Renovación Popular (caso IDL) y la congresista Kira Alcarraz (ley de doble sueldo para militares y policías), esta última como respuesta a la acusación de Espinoza contra 11 legisladores que aprobaron dicha norma.

? SABÍA QUE

- **La presidenta de la SAC no descarta acumular en una sola las denuncias que sean admitidas.**
- **El congresista Jorge Montoya evalúa presentar una quinta denuncia constitucional contra Espinoza por prevaricato.**

EXIGEN CELERIDAD EN TRÁMITES DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPAR EN COMICIOS

Partidos piden precisiones al JNE

Ante el anuncio del presidente del Jurado Nacional de Elecciones, Roberto Burneo, de que solo los 41 partidos políticos inscritos ante el Registro Nacional de Organizaciones Políticas (ROP) hasta el último miércoles 26 —fecha en que se convocó al proceso electoral— participarán en la contienda, cuatro agrupaciones que tramitan su inscripción y quedarían fuera de carrera han solicitado precisiones al ente electoral. Ellos son Adelante Pueblo Unido, Resurgimiento Unido Nacional, Integridad Democrática y Un Camino Diferente que han remitido un oficio a Burneo para que se aceleren los procesos impugnatorios (tachas y apelaciones), así como los trámites para la obtención de la resolución de inscripción de las diferentes agrupaciones.

Sus dirigentes advirtieron que "existe una demora injustificada tanto en el conocimiento y resolución de tachas interpuestas por ciudadanos como en la celeridad y la obtención de resolución de inscripción definitiva en el ROP". Cabe señalar que según el artículo 4 de la Ley de Organizaciones Políticas, los partidos pueden presentar candidatos si cuentan con inscripción vigente a la fecha del vencimiento del plazo para la convocatoria del proceso electoral, es decir el 12 de abril.

JNE



Burneo no ha respondido.

OPINA.21
SANDRA BELAUNDE

ESPEJITO, ESPEJITO

Se ha estrenado una nueva versión de *Blancanieves*. Nos recuerda a la Reina frente al espejo. Esa escena, tan conocida, vuelve a instalar la imagen de una figura poderosa que no puede vivir sin su reflejo, sin una voz que le confirme que sigue siendo la más hermosa.

Como señala el escritor español Gustavo Martín Garzo en *Una casa de palabras*, los cuentos maravillosos crean un lugar donde vivir: un refugio emocional que ayuda a los niños a comprender sus miedos y deseos. Contarlos es también decirles que nunca los abandonaremos, que estaremos allí incluso cuando el mundo se vuelva incomprensible.

Como explica Bruno Bettelheim, psicoanalista y pedagogo austriaco, estos relatos, cargados de símbolos, permiten que los niños proyecten sus conflictos internos y encuentren, a través de personajes y travesías, una forma de procesar emociones como el miedo, la rabia o la soledad. Son como mapas emocionales transmitidos de generación en generación: enseñan a perder el miedo, a enfrentarse a lo incierto, a crecer.

El espejo no solo es mágico. Es también un símbolo de identidad, de inseguridad, de poder sostenido en la mirada del otro. La Reina no puede confiar en su propio juicio: necesita la confirmación constante del espejo. Y cuando esa validación se quiebra, lo que emerge no es el amor propio, sino el rencor. No le importan los habitantes del reino, ni su bienestar. Cree que su éxito depende exclusivamente de lo que diga su reflejo.

El psicoanalista Jacques Lacan propuso que nuestra identidad comienza a formarse en la infancia cuando, por primera vez, nos reconocemos en un espejo. Esa imagen externa nos da una sensación de unidad que contrasta con el caos interno de nuestras emociones. Pero esa identidad es ilusoria: no somos lo que vemos, sino todo lo que no se ve. Aun así, ese reflejo se vuelve adictivo. Lo necesitamos para sentir que existimos.

"Quien gobierna puede llegar a creer que su reflejo, su imagen pública, sus fotos, sus gestos, son más reales que sus actos..."

En la política también ocurre. Quien gobierna puede llegar a creer que su reflejo, su imagen pública, sus fotos, sus gestos, son más reales que sus actos. Y como la Reina del cuento, gobierna para el espejo. No le importa si falta seguridad en las calles, si hay miedo, si hay rabia. Lo que parece importar es que el espejo devuelva una imagen sin arrugas, sin sombras, sin fisuras. Aunque todo se derrumbe alrededor, mientras el reflejo aplaude, el personaje cree que sigue en pie.

ENTREVISTA.21

RAÚL DIEZ CANSECO. 'Peruanos de Estado'. Exvicepresidente. Exministro de Comercio Exterior y Turismo.

"TENEMOS QUE REFORMAR LA FISCALÍA. NECESITAMOS UNA FISCALÍA AD HOC Y NOMBRAR UN ZAR. EL SECTOR PRIVADO ESTÁ DISPUESTO A APOYAR DE URGENCIA"

CARLOS CABANILLAS LEÓN
carlos.cabanillas@peru21.pe

ARCHIVO PERSONAL



"La elección corre el riesgo de ser como la de Ecuador"

A 2026. Propone agenda por la seguridad, critica a la Fiscalía politizada, elogia a Rafael Belaunde y quiere que Acción Popular vaya en alianza.

Raúl Diez Canseco, exvicepresidente de la República y actual impulsor del colectivo Peruanos de Estado, habla del país y de las elecciones de 2026.

¿Cómo surgió Peruanos de Estado?
Tenemos una relación amical de empresarios y emprendedores. Roque Benavides, Carlos Añaños, Ricardo Márquez y Rosario Bazán. Cualquiera de ellos pudo haber sido candidato en el Perú. Decidimos dejar a un lado las legítimas pretensiones y abocarnos a dar soluciones inteligentes a los problemas del país. Y esas soluciones se las hemos dado al Congreso, que es el único rincón que queda al final. La idea es tener normas que nos permitan mejorar el tema electoral y el de la seguridad ciudadana. Ir a un proceso electoral más ordenado, más seguro y más eficaz...

¿Propuesta en seguridad?
Hay que recordar que en 2023, durante la campaña electoral, asesinaron a más de 14 políticos en Ecuador. Y al final asesinaron a Fernando Villavicencio, candidato la presidencia que inclusive era el candidato del partido de gobierno. Yo creo que en el Perú, si no tomamos con conciencia el tema de la seguridad y tenemos normas más fuertes con el tema de sicariato, podemos entrar en un túnel sin salida muy grave en este proceso electoral. Lamentablemente, la elección peruana corre el riesgo de ser como la de Ecuador. Y si no hacemos nada, estamos caminando hacia eso.

Y que el privado equipe cárceles y comisarías.
Tuve la suerte de ir invitado a El Salvador y estar con la gente del gobierno de Bukele. Es el milagro de El Salvador. Hace 15 años no se podía caminar porque todo era chantaje, sicariato. Y hoy en día eso está pasando en el Perú. El sicariato es inmanejable.

También una Fiscalía especializada en extorsión.
Tenemos que reformar la Fiscalía. Hay fiscales correctos, pero hay otros que no dan la talla. La Policía los agarra in fraganti, con granadas en mano, pero la Fiscalía los suelta. Necesitamos una Fiscalía ad hoc, nombrar un zar que lidere la política antisicariato en el país y que eso venga de una terna que presente el Tribunal Constitucional, la Corte Suprema, el Colegio de Abogados del Perú, y lo elija el Congreso. Y también es importante la prisión. El Salvador lo resolvió con el sector privado, construyendo las cárceles más modernas y más eficaces en América Latina con Inteligencia Artificial. Y quizás en el mundo, porque el presidente Trump está mandando delincuentes allí. Y lo hicieron en menos de un año porque fue un tema como Obras x Impuestos (OXI), que ha sido muy beneficioso en el Perú. Estoy seguro de que el sector privado está dispuesto a apoyar de urgencia. Y si es necesario, en el corto plazo, relanzar El Frontón.

La Fiscalía libera a criminales, pero persigue a partidos políticos. Carlos Álvarez y Keiko Fujimori...
Así es. Imagínese una elección con más de 40 partidos y 10 mil candidatos. Y con más de medio millón de candidatos en general, entre distritales, municipales, regionales y nacionales. Se viene el caos. Por eso propusimos ampliar el plazo de alianzas. Hubo buena recepción del presidente Eduardo Salhuana y de Fernando Rospigliosi. Hemos propuesto también la limitación a quienes tienen sentencias con delitos graves. Y hemos propuesto la creación de una central de información donde confluyan los antecedentes penales, civiles y financieros.

Propusieron que las alianzas sean solo de planchas y dejen libres las listas.
Lo está trabajando Rospigliosi. Saludamos la iniciativa de estos cinco partidos que se han puesto de acuerdo en seguridad. APRA, PPC, Fuerza Popular... Lo bueno es que cuando esos parlamentarios lleguen al Congreso ya tienen agenda en común para temas de Estado. El Perú necesita una reinstitucionalización en 2026. Viene muy fragmentado y dividido.

¿Acción Popular va en alianza o no?
Tenemos dos precandidatos de muy alto nivel: Alfredo Barnechea y Víctor Andrés García Belaunde. Nadie puede dudar de la transparencia de un García Belaunde. Conoce el Perú como la palma de su mano. Ha sido uno de los mejores pupilos que ha tenido Belaunde. Un hombre honorable, honesto, visionario y valiente. Igual Barnechea, que hizo una gran campaña. Está muy bien conectado en el mundo. Un hombre también decente, honesto. Tengo un gran respeto por los dos. Obviamente, con Víctor Andrés nos une una trayectoria hasta de sangre. Debemos buscar alianzas. Si no, vas a tener una segunda vuelta entre 8% y 10% y eso no representa nada. Nos vamos al precipicio como en 2021. El Perú aprendió su lección.

¿Otros candidatos?
Me hubiera encantado que Añaños siga. Otro magnífico candidato era Roque Benavides, que también se desanimó. Y Ricardo Márquez... Se acaba de retirar el excanciller. Candidato de lujo. Y hay mucha gente joven valiosísima, ojalá se animaran.

Algunos se han animado. Raúl Diez Canseco Hartinger, en Fuerza Moderna.
Él ha tenido la oportunidad de andar conmigo y sobre todo con el presidente Belaunde. El país necesita jóvenes, como él y muchos otros. Gente desprendida que no venga a hacer el gran negocio.

TENGA EN CUENTA

- "El Perú tiene un montón de proyectos como el Puerto de Chancay".
- "Me da muchísima pena. Yo conocí a Toledo el bueno. Sus primeros dos años fueron muy buenos. Había un gabinete de lujo. En qué momento el diablo se metió".
- "'Los Niños' fue algo horroroso, no sé cómo pudo haber pasado algo así en Acción Popular".
- "Rafael Belaunde es un chico brillante. Lamenté muchísimo su alejamiento del partido. Hubiera sido sumamente trascendente en el partido de su abuelo".

ECONOMÍA & EMPRESAS

ES IMPORTANTE LA PROTECCIÓN JURÍDICA PARA EVITAR QUE ALGUIEN SE ADELANTE CON LA INSCRIPCIÓN

¿Cómo registro la marca de mi negocio ante Indecopi?

El proceso se puede realizar de manera virtual y se brinda asesoría de manera gratuita.

INDECOPI



BENEFICIO. El registro da derecho de exclusividad.

Si tienes un negocio, es fundamental registrar tu marca para impedir que otra persona la copie, es decir, para tener el derecho exclusivo de uso en el mercado. Al respecto, la coordinadora del área de promoción de la Dirección de Signos Distintivos del Indecopi, María Eugenia Paz, explicó que este tipo de acciones evita que incluso alguien inscriba el distintivo o signo antes que el dueño original.

"El principal derecho que te da es la protección jurídica, y que este activo de la empresa vaya elevando su valor con el tiempo. Puedes registrar tu marca, denominación, entre otros elementos. Por ejemplo, hay una empresa de helados que ha registrado el sonido de la corneta que los identifica", precisó a **Perú21**.

Asimismo, dijo que lo primero que se debe saber es que las marcas se agrupan en clases según producto o servicio. Por ese motivo, para iniciar el procedimiento hay que identificar en qué grupo se encontraría su distintivo o denominación. Esa labor se puede realizar a través del 'Buscador Peruanizado' ubicado en el portal de Indecopi.

"Luego de identificar la clase, hay que buscar la asesoría para asegurarse de que lo que queremos registrar no esté inscrito o cuente con similitudes ya registradas. Para eso puedes usar la herramienta 'Busca tu marca' y también puedes ingresar a la 'Plataforma de Asesoría Virtual de Marcas'. La asesoría es gratuita", detalló.

Posteriormente, hay que pagar por la inscripción que asciende S/534.99, aunque para mypes con RUC el monto baja a S/401.24. Después, es necesario ingresar al 'Registro Virtual de Marcas' donde se podrá completar el trámite. Como se observa, todo este proceso se puede hacer de manera virtual.

Cabe precisar que el plazo promedio para el registro varía entre 40 y 45 días hábiles en caso no exista alguna oposición. "Nosotros hacemos una publicación en la caseta electrónica, para ver si existe algún desacuerdo con esta inscripción", explicó.

! TENGA EN CUENTA

- **El registro de marcas tiene una vigencia de 10 años y es renovable.**
- **En 2024 se otorgaron 36,469 registros. A febrero de 2025, ya suman 7,276, según Indecopi.**

CARGOS Y ENCARGOS

LARA WAGNER
Souma Hotel Lima la designó como general manager por su trayectoria en la industria hotelera internacional.

DIEGO NOVA
General Motors Perú lo nombró country manager. Es ingeniero industrial y tiene 12 años de experiencia en la empresa en diferentes cargos.

KARSTEN KUNCKEL
Fue reelegido presidente de la Asociación Automotriz del Perú e informó que seguirá trabajando para impulsar la renovación del parque automotor.

CARLOS TAPIA
Mayo Group lo designó como director creativo ejecutivo regional. Tiene más de dos décadas en la industria.

PUEDE ENVIARNOS SUS DESIGNACIONES AL CORREO FABIANA.SANCHEZ@PERU21.PE



OPINA.21

MARCO ANTONIO MERINO

VACÚNATE CONTRA EL PESIMISMO

Se termina el primer trimestre del año y todas las empresas empiezan a hacer una evaluación de sus ventas. Estamos mejor, peor, el país no es viable, tenemos una clase política terrible, instituciones que dejan mucho que desear, problemas de inseguridad, pero también existen condiciones para seguir creciendo.

En 2024, el Perú cerró con un crecimiento en 3.3%, con inflación controlada, con una de las monedas más fuertes de la región. Existe una mejora en el consumo, un aumento en la empleabilidad formal, así como mejoras en algunas industrias. Pero nada de esto se promociona. Lo único que nos puede levantar el ánimo es si la selección peruana clasifica al mundial, y esto es más difícil que pedirle al Gobierno que brinde las condiciones para generar confianza en los inversionistas.

El optimismo es algo que nos caracteriza, que nos ha sacado adelante de peores momentos como cuando estuvimos a merced del terrorismo, o cuando recientemente estuvimos golpeados por el COVID. Ahora pongamos el foco en lo que podemos controlar y afrontar en lo que resta del año.

Debemos juntarnos y evaluar la data con la que empezamos el segundo trimestre. Hay que hacer estudios de mercado y una lista de nuestras ventajas competitivas.

Hoy no competimos con nuestras mismas categorías, hoy debemos redefinir nuestra industria y ampliarla en su concepto. Por ejemplo, una industria como el market, que está conceptualizada con ocasión de compra de cercanía o consumo inmediato, debe empezar a captar y conquistar al cliente de cercanía para estar presente en ocasiones de consumo, de reposición, de antojos, de salvataje, entre otros. Es necesario revisar nuestro ticket promedio, la cantidad de transacciones, nuestros márgenes, pero sobre todo el segmento y la zona de influencia.

Debemos empezar a cuestionar nuestras estrategias y entender cada vez más nuestra segmentación. En un reciente foro sobre Inteligencia Artificial se habló de la necesidad de equipar y capacitar a nuestro personal en el desarrollo de esta herramienta que va a ser efectiva si la sabemos usar. La herramienta per se no nos va a solucionar los problemas de posicionamiento o segmentación.

En mis años como consultor, he podido notar que desde que asumió el gobierno de Castillo-Boluarte, hemos sido cautos y conservadores desde el punto de vista empresarial. Queremos que los astros se alineen y tener todas las condiciones, cuando ya deberíamos estar acostumbrados a navegar con el viento en contra. Lo hemos hecho en otras oportunidades y esta no es una excepción. Solo así estaremos "vacunados contra el pesimismo".

#DILENOALGOTA AGOTA

JORGE SOLÍS ESPINOZA. Presidente de la Federación de Cajas Municipales de Ahorro y Crédito - FEPCMAC.

EJECUTIVO CONCLUYE QUE LA INCLUSIÓN FINANCIERA ES EL MEJOR VEHÍCULO PARA FORMALIZAR Y COMBATIR LA POBREZA.

JOMA GÁLAGA

¿Cuál ha sido el impacto de la Ley 31143 en las cajas de ahorro y crédito desde su implementación en 2021?
Ha sido un impacto negativo. Ha perjudicado la inclusión financiera en el país, ya que ha limitado que cientos de miles de emprendedores se incorporen a la banca formal y, además, ha provocado que pequeños y microempresarios que ya estaban en el sistema hayan tenido que salir por los efectos negativos de esta norma.

Según el Banco Central de Reserva, en el reporte de situación financiera de agosto de 2024, más de 500.000 personas habrían sufrido estos efectos. A la fecha, se evidencia una desconexión en nuestro sistema financiero, el cual se basa fundamentalmente en el registro de emprendedores y empresarios formales. Sin embargo, del universo de micro y pequeñas empresas, que suma unos 13 millones en el país, alrededor de dos millones habrían quedado fuera de este registro.

Dado que el Congreso no derogó la norma, ¿cuáles han sido sus efectos en las cajas municipales, además de su impacto negativo ya mencionado?
La norma ha contribuido al crecimiento de la banca negra y del 'gota a gota', porque las personas, al no acceder al sistema financiero formal, se vuelcan hacia ese sistema paralelo. Ahora, en cuanto a las cajas municipales, lo que ha ocurrido es que ha decrecido el crédito. Estamos hablando de 2021; por ejemplo, según un reporte oficial del Banco Central de Reserva, a septiembre de 2023, los créditos para las mypes crecían un 5%, pero en septiembre de 2024 apenas crecieron entre 0.02% y 0.12%. Esto significa que esos segmentos de la base de la pirámide no se han incorporado a la banca formal y se mantienen en la banca informal. Y esto ha perjudicado los resultados, afectando la inclusión financiera, ya que Perú, que hasta 2020-21 era líder en inclusión financiera según el informe "Microscopio Global" de Economics, ahora ha perdido ese liderazgo a favor de Colombia. Además, la falta de políticas gubernamentales para apalancar el crédito a los segmentos golpeados desde la pandemia ha agravado la situación.

FEPCMAC

"La norma contribuyó al crecimiento del 'gota a gota'"

Crítico. Analiza el impacto de la Ley 31143 y asegura que esta ha reducido el acceso de los emprendedores al crédito formal.

¿De qué manera ha afectado la extorsión 'gota a gota' al sector, en términos de morosidad?
Muchos de estos emprendedores, micro y pequeños empresarios, bodegueros y vendedores de diversos productos, clientes de las entidades microfinancieras, han tenido que cerrar sus negocios y han caído en default. Esto ha incrementado la morosidad: el año pasado, en el sistema microfinanciero, la morosidad creció en promedio más de dos puntos, y en las cajas aumentó en un punto, gracias a una mejor gestión de riesgos.

Además, muchos emprendedores que recibían créditos de las financieras no han podido acceder a créditos mayores para incrementar inventarios o capital de trabajo debido a la situación y a las tasas de interés, lo que los ha obligado a recurrir al 'gota a gota' o a la banca paralela. Al tomar estos recursos, y por la falta de reporte crediticio en la banca informal, las cajas atienden a estas personas sin saber que ya tenían un crédito previo.

Las casas de cambio y de préstamos, que operan de manera extorsiva, usurera y confiscatoria, suman alrededor de 2,000, y representan la cara visible de la criminalidad. Al no reportarse esos créditos, en algunos casos se les otorga crédito sin conocer sus obligaciones previas, lo que provoca que prefieran pagar a la banca paralela.

¿Qué recomendaría para que los emprendedores accedan a financiamiento formal a través de las cajas municipales en lugar de recurrir al mercado negro?
Primero se debe eliminar la ley de topes que limita la inclusión financiera. Segundo, es necesario implementar un programa gubernamental de apalancamiento para las cajas municipales, ya que estas participan con el 50% del crédito a las mypes en el sistema financiero. Esto implica reactivar el sector y profundizar el crédito mediante el respaldo del Estado, para que las cajas asuman mayor riesgo y logren que el crédito fluya hacia estos sectores necesitados. Por ejemplo, existen modalidades de 'gota a gota' en las que se entrega dinero en sobre en una tienda, sin que se solicite formalmente el préstamo, y luego se cobra con intereses. En definitiva, se requiere una política para reactivar las mypes eliminando la barrera de la ley de tope y promoviendo un apalancamiento crediticio.

¿Qué reformas podrían implementar las cajas para incluir a más personas en el sistema financiero a corto plazo?
Nuestro mandato social en las cajas siempre ha sido la inclusión financiera, que es nuestra razón de ser. Llevamos 42 años dedicándonos a la inversión financiera y atendemos al 70% de nuestros clientes, que son pequeños empresarios; de estos, aproximadamente el 80% son informales. Atendemos tanto a la economía formal como a la informal, y ese es nuestro target. Sin embargo, dada la situación actual, nos hemos vuelto más conservadores en el otorgamiento de créditos, lo que ha limitado la llegada de otros sectores. Es fundamental que la SBS implemente una regulación más activa y orientada a generar un entorno normativo que propicie una mayor inclusión financiera. Este compromiso debe asumir todas las instituciones del Estado, aun cuando nuestras operaciones se han vuelto más acotadas para el segmento que atendemos.

! TENGA EN CUENTA

- **Solís señaló además que no hay mejor herramienta ni vehículo para formalizar que la inclusión financiera, la cual es esencial para luchar contra la pobreza.**
- **"El crédito representa capital, y en un país de emprendedores, al obtener un crédito formal, el emprendedor puede desarrollar su negocio y crecer con el tiempo. La inclusión financiera actúa como un factor de movilización social: saca a la gente de la pobreza, formaliza su actividad y mejora la calidad de vida de las familias", dijo en conversación con Perú21.**

ENTREVISTA.21

MIJAIL PALACIOS VÁBAR
mijail.palacios@peru21.pe



XIMENA PALOMINO
ACTRIZ

Es una temporada entregada al desamor y al amor. Del teatro a la pantalla grande. Ximena Palomino viene de *Cómo olvidar a tu ex* —que sigue en las tablas del colegio Claretiano— a *No te mueras por mí*, donde es la protagonista, filme que se estrena en las salas de cine nacionales este jueves 3 de abril.

La cinta dirigida por Daniel Rehder tiene romance, farándula y toxicidad, a partir de un sonado escándalo de la pareja del momento. Y propone la siguiente pregunta: ¿Hasta dónde llegarías por amor?

Ximena, ¿hasta dónde llegarías por amor?
(Sonríe). He llegado lejos.

¿Qué tan lejos?
Un viajecito internacional (risas). Dentro de Sudamérica. Pero casi cruzo el charco.

¿Compraste tu pasaje un día antes?
Fue un poquito planeado, pero nos acabábamos de conocer y un mes después ya estaba ahí. Me considero aventurera en ese sentido.

¿Aventurera o apasionada?
Creo que más aventurera.

¿Él te lo propuso o tú te mandaste?
Él me lo propuso. Pero yo ya estaba ahí, con la maleta lista.

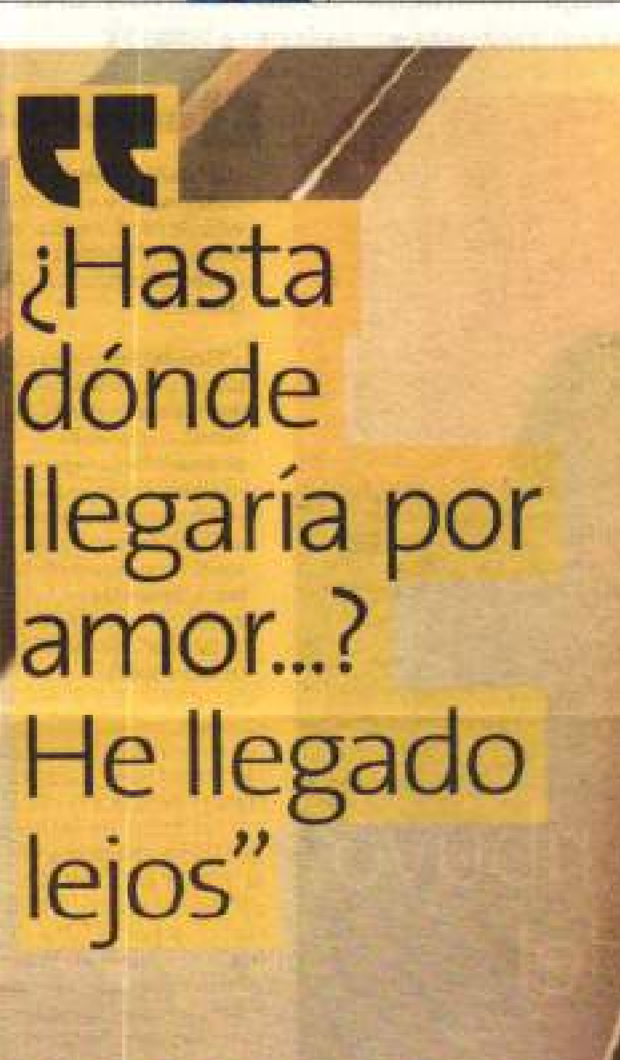
¿Y valió la pena?
Uff... Al día 6 hubo pelea. Día 7 ya tenía que volver. Piso Perú, y me entero de que él había salido de la discoteca con su ex.

¿Cómo te enteras?
Por las redes sociales. Muy loco. Alguien mandó un videito. Tengo unas historias bien locas.

¿Eres reincidente?
Así soy; así es que la película es como una historia más.

¿Es lo más loco que has hecho?
También me he ido de sorpre-

MARTIN PAUCA



“¿Hasta dónde llegaría por amor...? He llegado lejos”

P21 TV
Entérese más en **peru21.pe**

ES LA PROTAGONISTA DE LA NUEVA PELÍCULA PERUANA *NO TE MUERAS POR MÍ*, QUE SE ESTRENA ESTE JUEVES 3 DE ABRIL. EN ESTA FICCIÓN SE VERÁ ENVUELTA EN HISTORIAS DE ROMANCE, FARÁNDULA Y TOXICIDAD. Y EN LA VIDA REAL, PUEDE SER TAN AVENTURERA COMO CAUTELOSA.

AUTOFICHA

- "Soy Ximena Fernanda Palomino Cosio. Tengo 32 años. Nací en Lima. Estudié Teatro en la Católica, pero me faltó un año, me salí justo cuando empecé con *Cumbia pop*, fue hace como ocho años. Fue mi debut como actriz en televisión. También soy bailarina".
- "Siento que *Cómo olvidar a tu ex* es mi primera obra de teatro que hago a lo grande. También he estado en *Asu mare* y en *Bia*, una producción para Disney, la hice en Argentina. Tengo una película por estrenar en Estados Unidos, sobre inmigrantes".
- "En México hice un unitario en TV Azteca. Tengo otra película por estrenar, *El comecaminos*, es peruana. Me encantaría tener mi carrera moviéndome internacionalmente: con un proyecto acá y en unos meses en otro país, viajar trabajando".

"Yo siento que soy un gran partido (risas)... Yo siento que me he vuelto mucho más mental desde que soy actriz".

sa hasta Máncora, en un bus, viajando sola.

¿Fue una buena sorpresa?
Sí, fue linda. Pero era más chica, tenía como 21.

¿Y en casa qué te dijeron?
No sabían (risas). Dije "me voy con una amiga", y mi amiga estaba allá. Todo salió bien y lo vi.

¿Hoy hasta dónde llegarías o tienes los límites más claros?
Soy más cuidadosa. Voy tanteando un poco a la otra persona.

¿Cómo tanteas?
Recibiendo lo que siento que doy. Cuando veo que la balanza está como dispareja, trato de averiguar o preguntar directamente y si veo que no hay una respuesta que sería la que yo daría, trato de aclarar. En las relaciones y en los vínculos es muy importante preguntar, aunque me ha costado mucho.

¿Cuesta por el orgullo o por miedo?
Siento que es una mezcla con el miedo, pero en general soy mucho más mental, no se me hace fácil verbalizar lo que siento. No podría estar con una persona como yo, igual de hermética.

¿Dirías que te has enamorado muchas veces?
No (baja la voz)... Estoy soltera hace siete años. Lo que te he contado son como salidas que no concretaron. Esto de la película de hasta dónde se llega por amor tiene que ver con cuál es el punto donde ya no se puede seguir. Es bien loco porque yo hace tiempo quería hacer una película romántica y esta cinta empieza como un amor real, bonito, con ilusión, donde todo va avanzando y luego comienzan a pasar cosas como en la vida misma.

¿No extrañas estar con alguien?
No me cuesta, soy independiente, pero cuando conozco a alguien que me importa también soy bien de poner mi energía ahí.

¿Dónde se expresa su toxicidad?
Si lo veo con su teléfono, no quiero ver nada. Prefiero trabajar en confiar. Porque si ya estoy desconfiando, tengo la necesidad de ver qué ha pasado antes. Y claro, lo voy a encontrar, porque cuando yo intuyo...

¿Qué señales te hacen desconfiar?
Simplemente, algo pasa y la intuición no te engaña. Confío en mi intuición.

"Hay que ir con cuidado por el poder que tiene cada persona con su celular. Quien te quiera destruir, lo puede hacer".

Con siete años alejada de una relación duradera, deduzco que la próxima persona de la que te enamores será algo fuerte, ¿no?
Sí (risas).

Será como un terremoto.
Sí, me da miedo esa entrega... Sé cuánto yo doy, como que estoy vulnerable. Quiero tomar buenas decisiones, pero bueno, el amor es un poco así, uno nunca sabe.

Ahora, en la película eres una estrella de reality. ¿Alguna vez has estado en un programa así?
Nunca y tampoco me lo han propuesto.

Capaz te han visto muy seria, muy de 'teatro'.
Puede ser que sí y también no es lo que me interese. No lo he buscado nunca. No me veo en un reality.

Si después de esta entrevista te llaman para entrar a 'Esto es guerra', por ejemplo, ¿qué respondes?
Yo creo que no acepto... No me gusta escupir al cielo, pero siento que ahorita no está en mis planes. O tal vez otro tipo de reality.

¿Un 'Gran chef' quizás?
Sí, algo que sea como un reto distinto.

¿Eres crítica de la 'farandulización' de los artistas?, ¿te distancias de ese mundo?
Me distancio en el sentido de no opinar sobre lo que no me corresponde. Creo que el mundo del reality tiene un código. Me tocó investigar para la película, y no es fácil ser estrella de reality.

¿Es difícil ser pareja de una actriz?
Yo siento que soy un gran partido (risas)... La actuación es una montaña rusa, porque es cero estable. Yo siento que me he vuelto mucho más mental desde que soy actriz. Es estar un poco loco, pero hay clases de locura. Soy muy afortunada de hacerlo, es mi trabajo.

En sintonía con 'No te mueras por mí', ¿qué pasaría si mañana más tarde eres víctima de un ampay?
He sido (ríe)... Solamente estaba saliendo de una discoteca a las 7 de la mañana en el sur. Y como hago muchas muecas, dijeron que estaba superborracha (risas). Yo misma subí historias (en Instagram) de ese día; entonces, fue algo tan leve... Me molesté cuando lo vi, pero después fue un "no pasa nada", porque antes de poner eso pusieron un tráiler de que Ximena es actriz...

Una suerte de publicidad gratis.
Entonces, trato de tomarlo con humor. Si fuera algo más heavy y comprometedor, no sé cómo reaccionaría.

¿Hoy vives alerta a los ampays?
Vivo un poco cautelosa. Sí da miedo, hay que ir con cuidado por el poder que tiene cada persona con su propio celular. Cualquiera que te quiera destruir ahora lo puede hacer. Hay que tener mucho cuidado con lo que se dice y con lo que comenta la gente. Siento que tengo muy buenos fans y no me han tirado casi nada de hate. Estoy agradecida por eso.

RINCÓN DEL VINO

GIOVANNI BISSO
Sommelier



Tradición y terroir mendocino

Es una de las bodegas más antiguas y prestigiosas de Mendoza, Argentina

Fundada en 1873 por el inmigrante lituano Sami Flichman, es una de las bodegas más antiguas y prestigiosas de Mendoza, Argentina. A lo largo de su historia, ha sabido combinar la tradición vitivinícola con la innovación, produciendo vinos de alta calidad. Desde 1998, la bodega forma parte del grupo portugués SOGRAPE.

La bodega cuenta con viñedos ubicados en dos de las mejores zonas vitivinícolas de Mendoza: Barrancas y Tupungato. El terroir de Barrancas, tiene suelos pedregosos y clima cálido, mientras que el terroir de Tupungato cuenta con suelos aluviales y clima fresco. Mantienen un compromiso con la sustentabilidad y el respeto por el medioambiente utilizando prácticas agrícolas orgánicas y biodinámicas.

A Rogelio Rabino, head winemaker, lo conocí en Lima hace unos años; él tiene a su cargo los departamentos de viticultura y enología de la bodega. Es un enólogo con una vasta experiencia de más de 15 años al frente de importantes bodegas de Argentina, y es considerado un referente de los jóvenes enólogos de Argentina.

Este vino, Single Parcel Gualtallary, viene en una caja con otros 3 Malbecs Single Parcel pero de zonas distintas como Cordón del Plata, Altamira y Chacayes. Cada uno con un perfil totalmente diferente, lo lindo es abrirlos a la vez y compararlos todos.

Vista: Púrpura intenso.

Olfato: Notas de frambuesas, casis y cerezas, toques de menta, pimienta, flor de azahar y grafito.

Gusto: Intenso, fresco, con una acidez que no cansa, sino que invita a seguir tomando.

Reconocimientos: 95 puntos Tim Atkin

Precio: S/289

Pedidos: pedidos@bestbrands.com.pe

Instagram: Sommelier Giovanni Bisso

- **Es un 100% Malbec, cosechado manualmente en Gualtallary, Tupungato.**
- **Pasa 12 meses en foudres usados de 2,000 litros de roble francés seguido de ocho meses en botella.**
- **Los viñedos se encuentran a una altitud de entre 700 y 1,100 metros sobre el nivel del mar.**



MUNDO



"A Irán le ocurrirán cosas malas, malas si no logra un acuerdo nuclear".
Donald Trump
Presidente de Estados Unidos

AL CIERRE DE ESTA EDICIÓN, SE CONTABILIZARON CASI 150 MUERTOS, UN BALANCE QUE AUMENTARÁ

Un devastador terremoto golpea a Birmania y Tailandia

Las vías quedaron con profundas grietas, se derrumbaron edificios y puentes. Fue un sismo de 7.7.

El devastador terremoto de magnitud 7.7 que golpeó este viernes Birmania y Tailandia dejó, hasta el cierre de esta edición, casi 150 muertos, una cifra que se cree que aumente, además de cientos de heridos y decenas de personas atrapadas por el derrumbe de un rascacielos en construcción. El epicentro del sismo se situó a 16 kilómetros de la ciudad de Sagaing, en Birmania.

El fuerte sismo, seguido unos minutos después por una réplica de magnitud 6.4, rompió carreteras, que quedaron surcadas por profundas grietas, derrumbó edificios y arrasó el conocido Puente Ava.

El nivel de devastación obligó a la junta militar que gobierna el país a lanzar un inusual pedido de ayuda internacional y a declarar el estado de emergencia en seis regiones.

El jefe de la Junta, Min Aung Hlaing, indicó que 144 personas murieron y 732 resultaron heridas, pero advirtió que el número de víctimas "probablemente aumentará".

"Me gustaría invitar a cualquier país, a cualquier organización o a cualquier persona a que venga a ayudar", dijo en un discurso televisado, tras visitar un hospital.

La Unión Europea, Francia e India ya expresaron su disposición a enviar ayuda. La Organización Mundial de la Salud (OMS) anunció que ha activado su sistema de gestión de emergencias y que su centro logístico de Dubái se ha movilizado para preparar suministros para los heridos.

El inusual pedido de ayuda de los militares birmanos es un indicio de la proporción de los daños, en un país donde la infraestructura y el sistema de salud está arrasado por cuatro años de guerra civil.



AFP



PÁNICO. En Birmania, las casas se cayeron; y en Tailandia, un edificio se derrumbó.

TENGA EN CUENTA

- El sismo sacudió con fuerza el norte de Tailandia y también la capital Bangkok, a unos 1,000 kilómetros de distancia del epicentro.
- Se decretó el estado de emergencia en la capital, donde un edificio de más de 30 pisos se derrumbó con decenas de obreros adentro.

RUSIA. UNA TRANSICIÓN

Putin propone un gobierno sin Zelenski

AFP

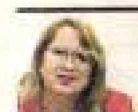


Busca negociar la paz.

MÚRMANSK (AFP).— El presidente ruso Vladimir Putin propuso establecer una "administración de transición" en Ucrania bajo la égida de la ONU y sin el presidente ucraniano Volodimir Zelenski antes de cualquier negociación sobre un acuerdo de paz.

Putin esbozó esta idea después de que los aliados europeos de Kiev se reunieran el jueves en París para abordar qué "garantías" de seguridad le pueden otorgar a Ucrania.

El objetivo sería "organizar una elección presidencial democrática que se terminaría con la llegada al poder de un gobierno competente y que tenga la confianza del pueblo, y así firmar documentos legítimos", agregó.



OPINA.21
SONIA CHIRINOS

¿CREES QUE ESTAMOS CERCA DE UNA GUERRA MUNDIAL?

Me lo preguntaba una querida sobrina desde la ingenuidad de sus 20 años. No sé por qué contesté rápidamente que no. Quizás para tranquilizarla. Quizás también convencerme de que en Europa no vamos camino de una nueva guerra mundial.

Las políticas antieuropeas de Trump, el juego sibilino de Putin, han puesto a Europa de cara a su propia debilidad. Si en la Primera y Segunda Guerra Mundial contó con la ayuda providencial de los Estados Unidos, ahora el panorama pinta de otra forma.

Es de ilusos pensar que se podría contar con Estados Unidos, y lo que parece obvio es que en caso de que Putin mueva ficha contra el continente europeo, este, por sí mismo, carece hoy por hoy de respuesta. De ahí que los gobiernos europeos hayan puesto su mira en el aumento del gasto militar.

La guerra puede venir, aunque el ciudadano de a pie no quiera pensar en ello. Es más, ya la tenemos presente en el continente europeo y en el Oriente Medio.

Para rubricar los peores presagios, la comunidad europea ha lanzado un mensaje nada tranquilizador. En el marco de su "Estrategia de preparación para situaciones de crisis" (Ay, ay, ay con los eufemismos) anima a la población a adoptar medidas que garanticen su supervivencia al menos durante 72 horas.

Se habla de agua liofilizada, de iluminación que no precise de corriente eléctrica, de radios de onda larga, de comidas en conserva. Lástima que no hayan incluido al menos un libro con el que entretenernos.

¿Este es el futuro que nos espera? ¿El de la sinrazón bélica? Confiemos que no; pero lamentablemente hay que estar preparados. Y no precisamente con agua liofilizada. Mejor con libros que nos recuerden que las guerras a nada bueno conducen.



CIUDAD

Pronóstico en Lima Metropolitana

TEMPERATURA		Radiación UV	CALIDAD DE AIRE	
Mínima 20°	Máxima 30°	13 UV (Extremadamente alta)	Ate	Regular
			Surquillo	Regular
			Ancón	Malo

FISCALÍA INTERVINO CLÍNICAS SANNA DE LIMA Y TRUJILLO; Y LA SEDE DE OXIGEN MEDICAL NETWORK, EN CUSCO

Incautan más de 500 sueros defectuosos e investigan muerte de pacientes

Inspectores del Minsa supervisan farmacias y clínicas para verificar inmovilización del lote.

Luego de que la clínica Sanna reportara dos fallecidos en su sede de Trujillo por la administración del suero fisiológico del lote 2123624 a sus pacientes, el Ministerio Público inició las investigaciones preliminares sobre este caso por un plazo de 60 días. A ello, el Ministerio de Salud (Minsa) ha desplegado inspectores de Digemid en La Libertad, Lima y Cusco para supervisar la inmovilización del lote comprometido.

SUSALUD



TRÁGICO. El Minsa informó que a nivel nacional 17 personas han sido afectadas.

Según el Ministerio Público, la intervención se dio en la clínica Sanna de San Borja (Lima), Sanna Sánchez Ferrer (Trujillo) y Oxigen Medical Network O2 (Cusco). El objetivo: recabar información sobre la forma en la que fueron atendidos los pacientes fallecidos —una joven de 24 años, una mujer de 71 años y un varón de 91— el 28 de febrero, 11 de marzo y 24 de marzo pasados, en las instalaciones de los centros de salud privados mencionados.

"La fiscal ha dispuesto que se identifique a los médicos y enfermeras que habrían participado en el suministro de suero para luego recibir su declaración. Se está indagando de manera amplia para ver a los presuntos responsables de este hecho", dijo Luis Guillermo Bringas, presidente de la Junta de Fiscales de La Libertad, a Canal N.

Asimismo, el Minsa ya presentó la denuncia penal contra el laboratorio fabricante de este medicamento por el delito contra la salud pública en la modalidad de falsificación, contaminación y adulteración de productos farmacéuticos. A ello, han desplegado inspectores de Digemid en La Libertad, Lima y Cusco para supervisar la inmovilización del lote comprometido.

DATOS

- **El lote 2123624 contenía 20,000 frascos de suero fisiológico destinados solo a clínicas privadas, los cuales llegaron a La Libertad, Lima y Cusco.**
- **Alejandra Landers Carpio (26) ingresó a la clínica Sanna en Lima por una gripe el 18 de marzo, pero tras recibir el suero defectuoso quedó con muerte cerebral. Su familia realizó la denuncia penal.**

EN CUSCO

En la ciudad imperial, la Primera Fiscalía Provincial Penal de Santiago ordenó la incautación de más de 500 unidades de suero fisiológico que fueron halladas en la clínica Oxigen Medical Network O2, como parte de la investigación por los delitos de homicidio culposo y lesiones graves en agravio de tres personas.

Como se recuerda, Daniela Quispe (24), perdió la vida la madrugada del lunes 24 de marzo cuando acudió para una liposucción, mientras que los otros dos pacientes están en UCI: Melissa Guzmán (33) y María Paucar (75).

Asimismo, la Fiscalía dispuso que médicos legales y peritos forenses realicen muestras de sangre a los afectados y practiquen la necropsia a la persona fallecida, con el objetivo de esclarecer las causas del deceso y su posible vínculo con el uso del suero incautado.

MONTO SERÍA UNA 'CHANCHA' PARA SOBORNAR A UN TRIBUNO DEL JNE Y VACAR AL ALCALDE DE CHORRILLOS

Teniente alcalde recibe S/5,000

Un fuerte escándalo sacude la Municipalidad de Chorrillos luego de que en la III Sesión Ordinaria del Consejo Municipal se expusiera un video donde el teniente alcalde, Richard Cortez Melgarejo, es captado recibiendo S/5,000 en una reunión privada.

El video mostró a Cortez Melgarejo y a quien sería Lester Amílcar Aguilar Guillén, un proveedor de la comuna, discutiendo el proceso de vacancia contra el burgomaestre Fernando Velasco trabado en el Jurado Nacional de Elecciones (JNE).

Fuentes municipales de **Perú21** indicaron que ese dinero sería parte de una 'chancha' de S/150,000 que estaría juntando Cortez con otros proveedores que no han recibido su pago por parte de la comuna, con el fin de "sobornar" a un tribuno del JNE para que decida a favor de la vacancia. Eso también se colige del diálogo mostrado en el video.

Cortez Melgarejo pidió la palabra, pero no le fue concedida ante las contundentes pruebas. La sesión fue suspendida y Cortez señaló eufórico que el video fue editado y que el alcalde Velasco lo había amenazado de muerte. "Desde el día que yo voté a favor de la vacancia el alcalde ha iniciado un proceso de seguimiento de rastrear y me ha amenazado de muerte", refutó. La vacancia del funcionario será vista en el concejo municipal.

CAPTURA DE VIDEO



Aparece contando los billetes.

EXIGEN MEDIDAS URGENTES CONTRA LA INSEGURIDAD

Artistas musicales marcharon por la paz

Cientos de artistas nacionales de diversos géneros musicales se movilizaron desde el parque Bustamante, en San Isidro, hacia el Ministerio del Interior, para exigir medidas urgentes contra la inseguridad ciudadana. En la sede, lograron reunirse con el ministro Julio Díaz para que reciba sus demandas. Se trató de la segunda movilización de artistas musicales contra la delincuencia. La semana pasada, el 21 de marzo, músicos, solistas y colectivos ciudadanos marcharon contra la extorsión y el sicariato en el Centro de Lima.

"Esta es una marcha por la paz. Artistas unidos por la paz. Estamos marchando no solo por el gremio musical, sino por todos los gremios que hoy están siendo amenazados", dijo Julie Freundt, cantante de música criolla.



SALUD.21

ESPACIO DE CRIANZA

Dolor



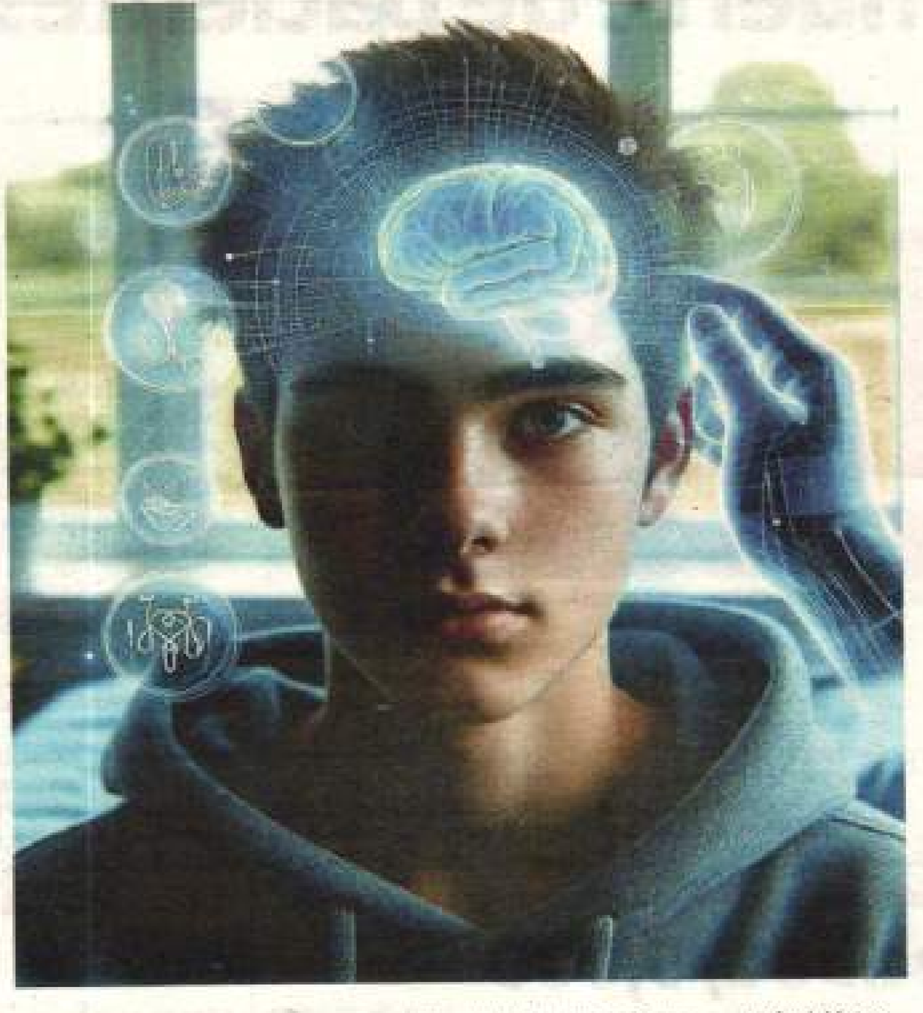
ROBERTO LERNER
Psicólogo

Un adolescente de 15 años ha sido sometido a una operación quirúrgica, y su postoperatorio resulta especialmente difícil. El dolor, persistente e intenso, plantea no solo un reto físico, sino también una pregunta fundamental sobre cómo debe ser gestionado. Existen distintas posiciones respecto al manejo del dolor, y el debate no es meramente técnico: está cargado de implicancias éticas y filosóficas.

El sistema tradicional combina la administración fija de analgésicos potentes con una modalidad de sobredemanda, es decir, dosis adicionales que el paciente puede solicitar. En este esquema, el profesional de la salud actúa como filtro: juzga si el dolor expresado amerita una intervención adicional. Esta modalidad pone la experiencia subjetiva del paciente en manos de otro, creando una relación de dependencia y validación externa.

Frente a este modelo, existe la alternativa de máquinas dispensadoras que permiten al paciente autoadministrarse dosis controladas, respetando parámetros de seguridad establecidos. Dentro de estos límites, la persona puede decidir cuándo y cómo aliviar su dolor. Esta opción introduce un elemento de autonomía que merece ser analizado con atención.

Los críticos advierten sobre los riesgos de fomentar una actitud evasiva frente al dolor o de propiciar adicciones, especialmente en contextos donde el uso indebido de opioides, como el fentanilo, es una preocupación global. También se plantea si un adolescente tiene el desarrollo emocional suficiente para tomar decisiones de esta naturaleza. Pero estos argumentos, aunque comprensibles, deben contrastarse con la evidencia.



Diversos estudios han demostrado que, cuando los pacientes pueden ejercer cierto grado de control sobre su dolor, la recuperación es más rápida, el sufrimiento se reduce y, paradójicamente, se utilizan menos analgésicos en total. El punto crucial es que la decisión ya no se negocia con un agente externo, sino consigo mismo. Esa internalización de la gestión del dolor transforma la experiencia: el paciente explora sus límites, regula su respuesta, y adquiere un protagonismo activo en su proceso de sanación.

En definitiva, no se trata solo de aliviar el dolor, sino de decidir cómo se vive. Apostar por la autonomía responsable no es entregar poder sin criterio, sino reconocer que, incluso en la vulnerabilidad, existe un espacio para la dignidad y la elección. Y eso, también, es parte de la cura.

La decisión ya no se negocia con un agente externo, sino consigo mismo. El paciente explora sus límites, regula su respuesta, y adquiere un protagonismo activo en su proceso de sanación.

UN DOLOR DE CABEZA

No puedo dormir...



ERNESTO BANCALARI
Neurólogo
Clínico- Cefaliatra
@centro_de_cefaleas

El sueño es un estadio fisiológico del cuerpo humano donde descansamos. Este se divide en Sueño no REM y Sueño REM (movimientos rápidos oculares por sus siglas en inglés). Cada 90 minutos aproximadamente ocurre un estadio REM durante la noche, es aquí donde ocurren los sueños.

Nuestro cuerpo tiene el sistema linfático. Se encarga de ayudar al sistema inmunitario a combatir infecciones, mantener el equilibrio de líquidos para evitar hincharnos y también de la limpieza de toxinas y restos celulares. Una suerte de "baja policía" del cuerpo humano. Hoy, luego de exhaustivas investigaciones se ha descubierto que el cerebro también lo tiene: el sistema glinfático. Este es el encargado durante el sueño de limpiar el cerebro de toxinas endógenas producidas durante el día, especialmente los neuropéptidos inflamatorios como el CGRP, que es el principal causante de la migraña.

Conversamos hace algunas columnas sobre el tratamiento no farmacológico de la migraña, y es la buena calidad de sueño uno de los que debemos mantener. El sueño es clave en nuestras vidas.

La gran mayoría de personas no tienen problemas para conciliar el sueño. Sin embargo, hay un grupo (donde caen muchos pacientes que viven con migraña) en el cual el sueño se ve alterado.

¿Cómo logramos una buena calidad de sueño? Aquí algunas recomendaciones para mejorarla. Comencemos por evitar en la noche beber café o bebidas carbonatadas que lo contienen. No dormir con el televisor encendido o uso prolongado del celular o tablet, pues la luz impide un buen reposo. Mantengamos un horario de descanso acostándonos y despertándonos a la misma hora todos los días. Busquemos disminuir el estrés recordando cosas agradables. Yoga, meditación y Mindfulness son técnicas de relajación que ayudan a descansar. También ayudan a disminuir las migrañas, demostrado esto por estudios clínicos bien diseñados.

¿Qué no debemos hacer? A diferencia de lo que muchos piensan, el ejercicio nocturno no es un buen aliado del sueño. La lógica de quienes lo practican, es que uno se "agota" y luego cae rendido y puede dormir. Nada más equivocado, pues el ejercicio nocturno lo que logra es activar el cerebro alejando el sueño reparador que buscamos. "Pero a mí el ejercicio me relaja". ¡Pues entonces esa persona está haciendo algo mal! El ejercicio puede distraer, agradar, ser la vía de liberación de estrés, pero difícilmente va a relajar a una persona. No se ejercite en la noche. Un error común son las siestas prolongadas. Veinte a treinta minutos de descanso, es reparador. Más de eso consume horas de sueño nocturno.

Finalmente, ¿por qué no podemos dormir bien? Las alteraciones del estado del ánimo, como la depresión o la ansiedad son causas frecuentes de insomnio. Estos desórdenes están presentes en el paciente con migraña crónica y deben ser tratados.

Antes de pensar en la vía rápida del alprazolam, recapacite y piense qué está pasando.

Busque ayuda médica, no se automedique como esa buena amiga se lo acaba de sugerir.



PERÚ

Temperaturas
Mínima/Máxima

23° / 35°	21° / 29°	6° / 21°	7° / 19°	23° / 30°	21° / 32°
PIURA	CHICLAYO	CUSCO	HUANCAYO	IQUITOS	PUCALLPA

EN MEDIO DEL ESTADO DE EMERGENCIA DINAMITAN OTRA TORRE DE MINERA PODEROSA

Nuevo atentado terrorista en Pataz

Ataque cobró la vida de un trabajador y dejó a otras 50 personas intoxicadas por inhalación de gases.

Un nuevo ataque contra las instalaciones de la minera Poderosa en Pataz, sierra de La Libertad. Fuentes de **Perú21** confirmaron que delincuentes derribaron una torre de alta tensión con explosivos, cobrando la vida de un trabajador y dejando a otros 50 con efectos de gaseamiento.

"En horas de la madrugada del 28 de marzo, emulando las peores prácticas terroristas de Sendero Luminoso, mineros ilegales destruyeron con dinamita otra torre de alta tensión que alimenta nuestra unidad Santa María, dejando sin energía todas las instalaciones de superficie e interior de mina", informó la empresa en un comunicado.

Según la compañía, los criminales lanzaron una ola de incursiones armadas con el propósito de expandir su presencia en la zona y tomar nuevas labores.

"Se trata del tercer atentado contra la empresa en menos de tres meses y la decimoséptima (17) torre de alta tensión destruida por los ilegales en los últimos tres años", indicaron.

Pese al estado de emergencia en la provincia y la presencia de más de 200 efectivos policiales y personal del Ejército en Pataz, la situación sigue igual, por lo que la minera hizo un llamado a que las autoridades tomen acciones serias contra estos actos delincuenciales.



TENGA EN CUENTA

- **En los últimos tres años, se ha reportado el fallecimiento de 18 colaboradores de la compañía Poderosa, víctimas de atentados armados.**
- **Inmediatamente después del ataque se activó el plan de emergencia para reponer el suministro eléctrico a las operaciones.**

CORTESÍA



MÁS DE LO MISMO. Se han derribado 17 torres de alta tensión.

TRAS 4 AÑOS DE CÁRCEL

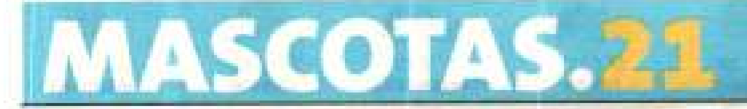
Exgobernador de Cusco sale en libertad

El exgobernador regional de Cusco, Jorge Acurio Tito, fue puesto en libertad tras cumplir cuatro años por peculado doloso.

Acurio se apropió de una donación de abrigos valorizada en S/46,876 enviada en 2011 por la Sunat, a los damnificados del distrito de Vilcabamba.

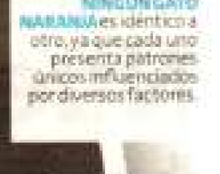
Sin embargo, la exautoridad sigue siendo investigada por haber recibido sobornos por la adjudicación de la obra Vía de Evitamiento, y por la desaparición de bolsas de cemento destinadas a proyectos municipales cuando fue alcalde de San Sebastián, en 2009.







GATOS NARANJA. Garfield, el más popular de la televisión.



NINGÚN GATO NARANJA es idéntico a otro, ya que cada uno presenta patrones únicos influenciados por diversos factores.

¿TIENEN CARACTERÍSTICAS ESPECIALES?

Gatos naranja: Mitos y verdades

KRISTHEL VALDIVIEZO PÉREZ
kristhel.valdiviezo@peru21.pe

El color del pelaje en los gatos está determinado por factores genéticos y la interacción de dos pigmentos principales: feomelanina y eumelanina. La feomelanina es responsable de los tonos rojos y amarillos, mientras que la eumelanina genera colores más oscuros como negro, marrón y gris.

En el caso de los gatos naranjas, hay un predominio de la feomelanina, lo que les da su característico color rojizo. Sin embargo, la intensidad del tono puede variar, haciendo que algunos gatos sean más anaranjados o más claros.

Cecilia Padilla, médico veterinaria, especialista en dermatología veterinaria y medicina felina, nos resuelve algunos mitos.

DATOS

- **Además de la genética, otros factores pueden influir en la coloración del pelaje. La dieta y la exposición a la luz podrían modificar la intensidad del color.**
- **Independientemente de su color, un gato será saludable y feliz si recibe un ambiente enriquecido, con gatificación en el hogar, esterilización, vacunas y los cuidados necesarios para su bienestar.**

¿LA MAYORÍA SON MACHOS?

En los gatos naranjas existe un predominio genético ligado al sexo. Aproximadamente el 80% de los gatos naranjas son machos, mientras que solo el 20% son hembras. Se debe a la interacción de ciertos genes ubicados en los cromosomas sexuales.

¿SON MÁS TRAVIESOS?

Suelen ser percibidos como más hiperactivos y traviesos, pero esta conducta no está relacionada con el color de su pelaje, sino con el hecho de que la mayoría de ellos son machos. La percepción de que los gatos naranjas son más intrépidos o exploradores se debe principalmente a que la mayoría de ellos son machos, y en muchos casos, no están esterilizados.

¿Y CARIÑOSOS?

La personalidad de un gato no está determinada por su color. El comportamiento de un animal, al igual que el de una persona, es el resultado de una combinación de factores genéticos y ambientales.

Los gatos machos que no están esterilizados tienden a ser más activos, exploradores y dominantes, ya que buscan hembras, marcan territorio y a menudo se escapan al exterior. Este tipo de comportamiento no es exclusivo de los gatos naranjas, sino que puede presentarse en felinos de cualquier color.





PEQUEÑAS F(R)ICCIONES



YURI RODRÍGUEZ VÁSQUEZ



El siguiente texto es ficticio; por tanto, nada corresponde a la realidad: ni los personajes, ni las situaciones, ni los diálogos, ni quizá el autor. Sin embargo, si usted encuentra en él algún parecido con hechos reales, ¡qué le vamos a hacer!

Díaz de incertidumbre



24 de marzo. Mediodía. En el despacho presidencial, sentada en la silla más grande del ambiente, Dina Boluarte tamborilea la superficie del escritorio con los dedos de la mano derecha, mientras, casi sin mover la cabeza, pasea su mirada por el techo, como si estuviera buscando alguna respuesta en las alturas.

—Señora presidenta. No se preocupe —dice el premier Gustavo Adrianzén. Está sentado al frente de la presidenta, de tal manera que solo están separados por el inmenso escritorio de madera que lleva años ahí y que seguro continuará en el lugar cuando Boluarte y Adrianzén sean historia—. Le aseguro que lo encontraremos antes de que se venza el plazo.

—Pero es que no entiendo. Anoche me llamaste y me dijiste que ya tenías todo solucionado. Todavía me contaste que no había sido fácil, pero que finalmente había aceptado. ¿Qué pasó entonces?

Adrianzén mueve la cabeza a los lados. Exhala de manera profunda, como si estuviera a punto de lanzarse a bucear en alguna piscina, luego deja escapar el aire. El largo y extenso suspiro parece enojar a Boluarte.

—¿Qué pasa, Gustavo? ¿Te vas a quedar mudo?

—Claro que no, señora presidenta.

—Entonces, responde lo que te he preguntado. ¿Qué pasó con el nuevo ministro?

El nuevo ministro al que se refiere la presidenta, o, dicho de mejor manera, el que iba a ser el nuevo ministro era el general en retiro Marco Miyashiro. En el contexto donde varias voces han reclamado inteligencia, a Adrianzén le pareció una muy buena elección. Así se lo hizo saber a la presidenta. Al inicio, esta se mostró reticente.

—¿Marco Miyashiro? ¿Él no estaba relacionado con Fuerza Popular? —preguntó Boluarte.

—Sí, fue congresista y estuvo en la bancada del fujimorismo, pero de eso ya pasaron varios años.

—¿Cuántos?

—Deben ser más de cinco.

—Pero si lo nombramos a él la gente va a pensar que Fuerza Popular me maneja por completo.

—No creo, señora presidenta, la gente sabe que también Alianza para el Progreso hace lo suyo.

—Bueno, llámalo. La verdad no creo que acepte, pero de repente me equivoco.

Para la propia sorpresa del premier, Miyashiro aceptó conversar con él. Dadas las circunstancias y para evitar que su nombre se filtre a la prensa, Adrianzén y el exgeneral se reunieron vía Zoom. Luego de superar algunos problemas técnicos —el premier no encontraba el cargador de la laptop—, ambos personajes hablaron durante más de una hora. Si no fuera porque el Internet de la PCM se cortó por falta de pago, la conversación hubiera durado todavía mucho más.

—Presidenta, listo —le había dicho la noche del domingo 23 de marzo—. Acabo de llamarlo como habíamos quedado y me ha dicho que sí. Miyashiro será el reemplazo de Santiváñez.

¿Por qué razón Miyashiro había desistido hacerse cargo del Ministerio del Interior luego de asegurarle al premier que aceptaba? Eso precisamente era lo que Boluarte, entre impaciente y nerviosa, le había preguntado a Adrianzén.

—Gustavo, me obligas a preguntarte de nuevo. ¿Qué pasó con Miyashiro?

—No sé, creo que al final se arrepintió —respondió por fin—. Después de haber aceptado de palabra, me llamó tardísimo a preguntarme sobre Cerrón.

—¿Sobre Cerrón? ¿Y qué te preguntó?

—Textualmente me dijo: "¿Usted o la presidenta tienen alguna objeción con que lo busque?". Así tal cual me preguntó.

—¿Y qué le respondiste?

—La verdad. Que no teníamos ningún inconveniente con que lo busque.

—Claro, lo que sí no queremos es que lo encuentre.

—Eso le dije y me colgó el teléfono.

Boluarte se alza de hombros y hace un gesto de desamparo en su rostro. Luego, mira su reloj y, enseguida, lanza una mirada derrotada sobre el escritorio.

—Se nos acaba el plazo, Gustavo. Tenemos que nombrar al nuevo ministro del Interior hoy mismo.

—En realidad, la cosa es más complicada. Pensando que Miyashiro era fijo, ya habíamos convocado a la prensa a la juramentación del nuevo ministro.

—¿Y quién va a juramentar si no tenemos a nadie?

—Es una muy buena pregunta —afirma Adrianzén y luego soporta los ojos castigadores de la presidenta. Entonces, una idea le ilumina la mente—. Ya sé. Ya sé quién puede ser. ¿Qué le parece el exgeneral Clúber Aliaga?

—Me suena el nombre, pero no sé de dónde.

—Fue ministro del Interior de Sagasti.

—¿De Sagasti? Entonces es un caviar.

—¿Sagasti?

—No, Aliaga.

—Ah, bueno. No le he preguntado.

—Tiene que serlo. ¿O crees que no es un caviar?

—La verdad no sé.

—¿No sabes si es caviar?

—Ni siquiera sé qué significa ser caviar.

Boluarte se pasa la mano por el rostro, como si fuera una brocha con la que se quiere pintar. Después, abre la boca, pero no dice nada. Solo un segundo después vuelve a hablar.

—Mira, por ahora lo que tienes que saber es que no podemos contar con Aliaga.

—Bueno, entonces ya no se me ocurre nadie más. Salvo, claro, que pongamos de nuevo a Santiváñez —dice Adrianzén, al tiempo que su cara muestra una sonrisa.

—Eso es. Gran idea.

Adrianzén mira fijo a la presidenta. Una luz de preocupación aparece en su rostro.

—Señora, presidenta, no quiero contradecirla —argumenta Adrianzén, con la mayor delicadeza que le es posible—, pero Santiváñez acaba de ser censurado. Él no puede volver a ocupar su mismo cargo.

—Caramba, Gustavo, a veces no sé si me estás haciendo una broma o no. Obviamente que Santiváñez no puede volver a ser ministro, pero sí podemos elegir a alguien de su entera confianza.

—¿A alguno de sus viceministros?

—Claro. A cualquiera de ellos.

—¿Pero hacer eso no sería más de lo mismo? La gente se ha expresado en las calles contra la gestión de Santiváñez.

—¿Y tú cómo prefieres expresarte? ¿Como premier o como expremier?

Adrianzén saca pecho, alza el mentón y adquiere una posición solemne, como si estuviera modelando para alguna estatua.

—¿Y a cuál viceministro quiere que convoque? —pregunta ya con los hombros caídos—. ¿A Díaz o a Guardia?

—A cualquiera. Igual los dos son generales en retiro.

—Pero, señora presidenta. Elija uno.

—Llama a Díaz, mejor. Si ponemos a Guardia lo van a molestar con su apellido.

3:00 p.m. Palacio de Gobierno. Gran cantidad de periodistas, con sus cámaras y micrófonos, esperan ansiosos la juramentación del nuevo ministro. En el estrado, todo está listo: la mesa, el crucifijo, el candelabro y el arrodillador. Tras las cortinas, la presidenta, el premier y Díaz se encuentran esperando la indicación para salir a escena.

—Señora presidenta, le aseguro que no se va a arrepentir de haberme elegido. Voy a luchar contra la delincuencia con el mismo empeño que usted le pone a gobernar.

Entonces, Adrianzén se inclina hacia la presidenta y le susurra: "¿No quiere que mejor llame a Guardia?".

PARA TODOS.21

PUPILETRAS

P	T	O	Y	T	F	S	H	U	Y	T	K	Ñ	K	U	F	S	H	Z	O
D	Z	H	H	Ñ	G	D	Y	J	J	W	H	L	H	J	G	D	Y	Y	F
F	Y	Y	J	Y	P	F	F	K	M	E	F	J	F	M	B	F	F	M	Ñ
U	H	L	F	G	A	U	J	P	A	L	K	G	Y	H	G	U	T	U	S
G	G	A	U	F	I	H	O	Ñ	N	L	P	U	O	E	H	H	O	E	G
K	G	P	Y	G	S	J	U	V	M	A	V	F	H	R	T	J	D	S	X
T	O	E	D	J	A	K	E	X	E	S	F	D	J	M	S	K	O	T	V
K	K	Q	S	K	J	L	U	Q	Y	E	H	S	S	A	D	L	L	R	B
E	X	U	E	H	E	E	S	A	H	L	Y	D	K	N	J	E	O	A	H
F	D	E	T	G	E	R	E	B	S	L	S	F	L	O	K	R	Q	A	J
T	B	Ñ	J	F	N	T	O	E	Q	A	O	O	O	S	V	T	U	L	K
G	Ñ	A	N	T	L	W	P	Y	E	M	Ñ	T	H	M	F	W	E	E	M
V	G	J	M	H	A	Q	K	H	Y	A	A	I	O	H	R	Q	T	X	V
M	S	E	U	B	N	C	C	S	H	S	L	S	S	S	S	C	U	E	T
E	T	R	Z	U	I	S	S	Q	M	A	R	I	Z	A	Ñ	S	Q	N	Y
F	E	U	O	Y	E	F	G	E	Y	B	B	A	L	E	W	F	U	L	S
T	F	S	P	J	B	Ñ	J	Y	O	I	Z	P	S	Y	T	Ñ	I	A	G
G	T	A	M	U	L	C	K	B	S	N	U	Y	Q	H	Y	C	E	I	V
S	T	L	Y	T	A	S	M	A	T	E	R	I	A	U	F	S	R	G	O
D	P	E	Z	H	G	D	Y	O	J	W	H	H	H	J	G	D	A	L	F
F	Y	N	J	Y	B	F	G	K	M	E	F	J	F	K	B	F	S	E	Ñ
U	F	F	F	M	A	T	E	R	I	A	P	R	I	M	A	U	H	S	S
G	G	D	U	F	T	G	D	Ñ	N	H	P	U	O	Ñ	H	H	D	I	G
K	G	G	C	R	I	M	E	N	P	E	R	F	E	C	T	O	E	A	X
T	O	R	E	T	S	K	T	X	Ñ	U	F	D	J	X	S	K	T	U	V
K	E	L	C	A	N	T	O	D	E	L	A	S	N	O	V	I	A	S	B
E	O	E	E	H	J	E	Y	A	H	O	Y	D	K	A	J	E	Y	J	H
R	L	A	C	H	I	S	P	A	D	E	L	A	V	I	D	A	I	K	J

Películas del Festival de cine Europeo 2

- La chispa de la vida
- La mitad de todo lo que tú quieras
- La pequeña Jerusalén
- El canto de la novias
- Ella se llama Sabine
- Paisaje en la niebla
- Crimen perfecto
- Materia prima
- Hermanos
- Joueuse
- Mariza
- Paisito

SOLUCIONES DEL DÍA ANTERIOR

8257



9	7	1	5	8	4	3	2	6
8	3	2	1	9	6	5	4	7
4	5	6	7	3	2	9	1	8
3	1	7	6	4	5	8	9	2
6	4	9	2	1	8	7	3	5
5	2	8	3	7	9	4	6	1
1	9	5	8	6	3	2	7	4
2	6	4	9	5	7	1	8	3
7	8	3	4	2	1	6	5	9

6	7	5	3	8	2	4	1	9
8	1	9	7	5	4	6	3	2
3	4	2	9	1	6	5	7	8
7	3	6	4	9	8	2	5	1
2	9	1	6	7	5	8	4	3
5	8	4	1	2	3	9	6	7
9	6	3	2	4	1	7	8	5
4	2	8	5	3	7	1	9	6
1	5	7	8	6	9	3	2	4

1	7	8	5	6	4	9	2	3
5	3	2	9	8	7	6	1	4
4	6	9	2	1	3	8	7	5
2	4	7	3	5	6	1	9	8
8	5	3	1	2	9	4	6	7
9	1	6	4	7	8	5	3	2
3	8	1	6	4	2	7	5	9
6	9	4	7	3	5	2	8	1
7	2	5	8	9	1	3	4	6

SUDOKU

8	6	4						
		7	4			8	2	
1	5	2						
	8					7	5	
	3	1	5	7		4	8	
5			1	4		2		
		3			1			8
	1	8		5	4		3	
				3	7	1	4	9

				8				
3				7	6	1		
			5		1		7	
		9					8	2
		1		9				
2		5		4				
								6
	8	6	3					
	5	3	1		9	7		

1				5	3	2	4	
			9	4			6	8
	9	8	7				3	
	5				4			7
	8		1				5	
6	7	1	5				9	4
7	3			9		4		
			4				2	
9	4		2	1	8	5		



CRUCIGRAMA.21
N°8258
crucigrama@peru21.com

Cuchillo ceremonial pre inca
Argón
Ant. cía. de material fotográfico
Sufijo alcohol
Vehículo utilitario deportivo
José Alfredo Jiménez "Si nos ..."
"Thais"
Capital de Ruanda
Actor "Casino"
Midori Macba
Cochero
Actor "Buenos Muchachos"
Dios (inglés)
Ciudad en México
Nobel Lit. 1997
Katz (Voley)
Sirius Black
Hall & ...
Levantar a una persona
Ciclismo, ... de France
El Hulk de la TV (1978)
Banda peruana de Rock and roll
Plaza pública griega
Nombre de Mifflin
Asno
"El cisne negro"
Quebrada en la Cordillera Blanca
Actriz "Amelie"
Mosca
Elvis Presley
Prefijo músculo
Tratado de Libre Comercio
Actor de cine Robert ...
Nombre (inglés)
Ileso, intacto
Ajo (italiano)
Dos en romano
"Genie in a Bottle"
"Delirio"
Bebida alcohólica frutal
Pecera
Contal
Espacio pequeño
Dulzura (fig.)
Vasija precolombina de agua
Calle (francés)
Prefijo negación
Raza canina
Actriz "Maúe"


Javier Salinas



DEPORTES21

SE JUEGA

Pese al clima, reclamos y a pistas de aterrizaje en mal estado, Alianza Lima visitará, hoy a la 1 de la tarde, al ADT de Tarma.

La Federación Peruana de Fútbol y la organización de la Liga 1 fueron tajantes: el partido se juega, sí o sí. Alianza había presentado una serie de reclamos a raíz de que la pista de aterrizaje del Aeropuerto de Jauja –parada rutinaria rumbo a Tarma– se encuentra en mal estado y no recibe, por el momento, aviones comerciales.

Surgió desde la Federación, momentáneamente, la alternativa de llevar a cabo el viaje Lima - Tarma por tierra. No obstante, esta dejó de ser una opción con el pasar de los días debido a que los huaicos, usuales en la temporada de lluvias en la sierra del país, bloquearon la carretera haciendo imposible el pase de camiones, buses y autos.

Finalmente, luego de días de incertidumbre en los que se creería que Alianza Lima optaría por no jugar el partido, la directiva 'íntima' optó por alquilar un vuelo chárter. Después de todo, la FPF maneja un fondo que costea los traslados de los equipos, que, asimismo, existe para cubrir situaciones como esta.

Sin embargo, muchos titulares habituales no se subirían a ese avión. En Lima se quedarían Guillermo Viscarra, Carlos Zambrano, Renzo Garcés, Erick Noriega, Guillermo Enrique, Miguel Trauco, Pablo Lavandeira, Eryc Castillo, Kevin Quevedo, Hernán Barcos y Paolo Guerrero.

Y es que hoy inicia una seguidilla de partidos sumamente complicados para Alianza Lima: luego de volver de Tarma, los blanquiazules enfrentarán a Libertad por la Copa Libertadores, para luego recibir a la 'U' por el clásico, visitar Brasil para medirse con Sao Paulo y Cusco para jugar con Deportivo Garcilaso, y así después ser local frente a Los Chankas y cerrar, de igual manera, con Talleres de Córdoba. Todos estos encuentros repartidos en intervalos de cuatro días: sin duda alguna, será un abril agitado para los dirigidos por Néstor Gorosito.





